

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Наумова Наталья Александровна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 14.10.2019 14:21:41  
Уникальный программный ключ:  
6b5279da4e034bffa679172803da5b7b559fc69e2

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области**  
**МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**(МГОУ)**

**Факультет психологии**

**Кафедра психологии развития личности**

Согласована

Управлением организации и контроля  
качества образовательной деятельности

« 31 » 05 2019 г.

Начальник управления

/Мяникова М.А./

Одобрена учебно-методическим советом

Протокол « 31 » 05 2019 г. № 6

Председатель

/Суслин Г.Е./



**Рабочая программа дисциплины**

**Психология физического воспитания и спорта**

**Направление подготовки**

**44.03.05 Педагогическое образование**

**Профиль подготовки**

**Физическая культура и дополнительное образование**

**Квалификация (степень) выпускника**

**Бакалавр**

**Форма обучения**

**Очная**

Согласована с учебно-методической комис-  
сией факультета психологии:

Протокол « 27 » 05 2019 г. № 10

Председатель УМКом

/Мельников Т. Н./

Рекомендована кафедрой психологии разви-  
тия личности

Протокол от « 29 » 04 2019 г. № 9

Зав. кафедрой

/Марцинковская Т. Д./

Мытищи  
2020

Автор-составитель:

Миляева А.К.

старший преподаватель кафедры психологии развития личности

Рабочая программа дисциплины «Психология физического воспитания и спорта» составлена в соответствии с требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению 44.03.05 – Педагогическое образование, утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РФ

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                           |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Планируемые результаты обучения                                                        | 4  |
| 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы                                 | 4  |
| 3. Объем и содержание дисциплины                                                          | 5  |
| 4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся                     | 10 |
| 5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине | 15 |
| 6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины                                 | 29 |
| 7. Методические указания по освоению дисциплины                                           | 30 |
| 8. Образовательные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине   | 31 |
| 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины                                         | 32 |

## 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

### 1.1. Цели и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины «Психология физического воспитания и спорта» является усвоение обучающимися определенной суммы знаний, повышение общей и психолого-педагогической культуры личности, формирование целостного представления о психологических особенностях человека как факторах успешности его деятельности и формирование необходимых для будущей профессиональной деятельности компетенций при проведении занятий по физической культуре.

**Задачи дисциплины:**

1. ознакомить студентов с основами психологических знаний по психологии физической культуры;
2. обеспечить специальное психологическое образование будущих преподавателей и тренеров путем обогащения их знаниями закономерностей проявления и развития психики в специфических условиях физического воспитания и спорта;
3. способствовать выработке у студентов умений и навыков применять полученные знания в практике физического воспитания и спорта;
4. ознакомление с методами развития профессионального мышления и усвоение теоретических основ проектирования, организации и осуществления процесса физического воспитания и спорта, диагностики его хода и результатов.

### 1.2. Планируемые результаты обучения

В результате освоения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции:

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-7: Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Психология физического воспитания и спорта» относится к психолого-педагогическому модулю Блока 1. Ее изучение базируется на знании следующих дисциплин: «Психология», «Педагогика», «Анатомия», «Физиология», «Педагогика ФК».

Дисциплина «Психология физического воспитания и спорта», в свою очередь, является основой для параллельного и последующего изучения следующих дисциплин: «Теория и методика преподавания физической культуры», «Инновационные технологии в физическом воспитании обучающихся». Дисциплина «Психология физической культуры и спорта» обеспечивает также подготовку студентов к прохождению производственной (педагогической) практики в образовательных учреждениях разных типов.

Значение формируемых психологических знаний у бакалавров состоит в том, что они способствуют научному подходу к организации учебно-воспитательного процесса в образовательных учреждениях, обеспечивают формирование общих и профессиональных компетенций современного педагога, позволяют ему ориентироваться в педагогической литературе и педагогических инновациях, организовывать проектную деятельность обучающихся, воспитанников, строить адекватные взаимоотношения со школьниками и их родителями, учителями и другими участниками образовательных отношений.

### 3. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Объем дисциплины

| Показатель объема дисциплины                        | Форма обучения |
|-----------------------------------------------------|----------------|
|                                                     | Очная          |
| Объем дисциплины в зачетных единицах                | 3              |
| Объем дисциплины в часах                            | 108            |
| <b>Контактная работа:</b>                           | <b>44,3</b>    |
| Лекции                                              | 14             |
| Практические занятия                                | 28             |
| <b>Контактные часы на промежуточную аттестацию:</b> | <b>2,3</b>     |
| Предэкзаменационная консультация                    | 2              |
| Экзамен                                             | 0,3            |
| Самостоятельная работа                              | 22             |
| Контроль                                            | 7,8            |

Формы контроля: экзамен – 6 семестр.

#### 3.2. Содержание дисциплины

| Наименование разделов (тем)<br>Дисциплины с кратким содержанием                                                                              | Кол-во часов |                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|
|                                                                                                                                              | Лекции       | Практические занятия |
| Тема 1. Введение в курс «Психология физического воспитания и психология спорта. Предмет и объект психологии физического воспитания и спорта. | 2            | 1                    |
| Тема 2. Взаимосвязь физического, психомоторного и психического развития. Психологические основы обучения на уроках физической культуры.      |              | 1                    |
| Тема 3. Психологические основы обучения двигательным действиям.                                                                              | 2            | 2                    |
| Тема 4. Психология общения в спортивно-педагогической деятельности.                                                                          | 2            | 2                    |
| Тема 5. Проявление и воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом.                                                      | 2            | 2                    |
| Тема 6. Введение в психологию спорта.                                                                                                        |              | 1                    |
| Тема 7. Психология спортивного коллектива.                                                                                                   | 2            | 1                    |
| Тема 8. Психологическая характеристика спортивно-педагогической деятельности.                                                                | 2            | 2                    |
| Тема 9. Психология общения в спорте.                                                                                                         | 2            | 2                    |
| Тема 10. Психологические основы физической подготовки.                                                                                       | 2            | 2                    |
| Тема 11. Психологические основы тактической подготовки в спорте.                                                                             | 2            | 2                    |
| Тема 12. Психодиагностика в спорте.                                                                                                          | 2            | 2                    |
| Тема 13. Психическая саморегуляция в спорте                                                                                                  |              | 2                    |
| <b>ИТОГО:</b>                                                                                                                                | <b>20</b>    | <b>22</b>            |

## Содержание тем дисциплины

### *Тематический план лекционных занятий*

#### **Тема 1. Введение в курс «Психология физического воспитания и психология спорта.**

##### **Предмет и объект психологии физического воспитания и спорта.**

Психология физического воспитания как учебная дисциплина. Роль психологии в формировании учителя физической культуры, тренера. Содержание предмета «Психология физического воспитания и спорта». Особенности и задачи физического воспитания и спорта на разных этапах истории человеческого опыта. Актуальность проблемы изучения, приобщения различных групп населения к здоровому образу жизни. Связь психологии физического воспитания и спорта с другими науками.

#### **Тема 2 Взаимосвязь физического, психомоторного и психического развития.**

##### **Психологические основы обучения на уроках физической культуры**

Развитие внимания и способы поддержания ее устойчивости. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры. Особенности мыслительной деятельности. Особенности проявления памяти. Интерес на уроке физической культуры. Дидактические принципы, применяемые на уроке физической культуры.

#### **Тема 3 . Психологические основы обучения двигательным навыкам**

Теории построения и управления двигательным действиям; предпосылки к обучению спортивным упражнениям; функции преподавателя в процессе обучения; алгоритмизация при обучении движениям; Индивидуализация обучения двигательным действиям.

#### **Тема 4. Психология общения в спортивно-педагогической деятельности.**

Взаимопонимание – предпосылка эффективности в общении; стили и барьеры педагогического общения; коммуникативная компетентность как условие успешности педагогической деятельности; конфликты в деятельности преподавателя, тренера.

#### **Тема 5. Проявление и воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом.**

Понятие воли. Волевые усилия, волевые качества; Возрастные проявления воли; воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом.

#### **Тема 6. Введение в психологию спорта.**

Предмет психологии спорта; развитие психологии спорта в России; проблемы психологии спорта; методы исследования в психологии спорта.

#### **Тема 7. Психология спортивного коллектива.**

Понятие и признаки спортивного коллектива; структура спортивной команды; динамические процессы в команде; психологическая совместимость и срабатываемость в групповой спортивной деятельности.

#### **Тема 8. Психологическая характеристика спортивно-педагогической деятельности.**

Структура спортивно-педагогической деятельности; стили руководства; творчество тренера, преподавателя.

#### **Тема 9. Психология общения в спорте.**

Понятие, функции, средства общения; управление общением в команде; определение ситуации и выбор адекватного поведения.

#### **Тема 10. Психологические основы физической подготовки.**

Психологическая сущность физической подготовки; психологическая характеристика физических качеств; интегративный подход при развитии физических качеств; условия, способствующие максимальному проявлению физических качеств.

#### **Тема 11. Психологические основы тактической подготовки в спорте.**

Понятие тактики, тактическая подготовка. Задачи тактической подготовки; психологические особенности мышления в спортивной деятельности; психологические особенности планирования тактических действий; факторы, обуславливающие принятие решения.

#### **Тема 12. Психодиагностика в спорте.**

Введение в психодиагностику; диагностика психических процессов; диагностика свойств личности; диагностика психических состояний.

#### **Тема 13. Психическая саморегуляция в спорте.**

Понятие психорегуляции и ее назначение в спорте. Становление психорегуляции; средства и методы психорегуляции; физиологические основы психорегуляции; психорегулирующая тренировка; методики развития умений психорегуляции.

### ***Тематический план практических занятий***

**Практическое занятие по теме 1. Введение в курс «Психология физического воспитания и психология спорта. Предмет и объект психологии физического воспитания и спорта.**

1. Психология физического воспитания как учебная дисциплина.
2. Роль психологии в формировании учителя физической культуры, тренера.
3. Содержание предмета «Психология физического воспитания и спорта».
4. Особенности и задачи физического воспитания и спорта на разных этапах истории человеческого опыта.
5. Актуальность проблемы изучения, приобщения различных групп населения к здоровому образу жизни.
6. Связь психологии физического воспитания и спорта с другими науками.

#### ***Литература:***

##### ***Основная литература:***

1. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010

##### ***Дополнительная литература:***

1. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта. Учебник. М., 2016 С. 197-220.

**Практическое занятие по теме 2. Взаимосвязь физического, психомоторного и психического развития. Психологические основы обучения на уроках физической культуры**

1. Развитие внимания и способы поддержания ее устойчивости.
2. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры.
3. Особенности мыслительной деятельности.
4. Особенности проявления памяти.
5. Интерес на уроке физической культуры.
6. Дидактические принципы, применяемые на уроке физической культуры.

#### ***Литература:***

##### ***Основная литература:***

1. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010

##### ***Дополнительная литература:***

1. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта. Учебник. М., 2016 С. 197-220.

**Практическое занятие по тема 3. Психологические основы обучения двигательным навыкам**

1. Теории построения и управления двигательным действиям;

2. Предпосылки к обучению спортивным упражнениям;
3. Функции преподавателя в процессе обучения;
4. Алгоритмизация при обучении движениям;
5. Индивидуализация обучения двигательным действиям

**Литература:**

**Основная литература:**

1. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010

**Дополнительная литература:**

1. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта. Учебник. М., 2016 С. 197-220.

**Практическое занятие по теме 4. Психология общения в спортивно-педагогической деятельности.**

1. Взаимопонимание – предпосылка эффективности в общении;
2. Стили и барьеры педагогического общения;
4. Коммуникативная компетентность как условие успешности педагогической деятельности;
5. Конфликты в деятельности преподавателя, тренера.

**Литература:**

**Основная литература:**

1. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014
2. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.—Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55586.html>.— ЭБС «IPRbooks»

**Дополнительная литература:**

1. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта. Учебник. М., 2016 С. 197-220.

**Практическое занятие по теме 5. Проявление и воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом.**

Понятие воли. Волевые усилия, волевые качества; Возрастные проявления воли; воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом.

**Литература:**

**Основная литература:**

1. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014
2. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.—Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55586.html>.— ЭБС «IPRbooks»

**Дополнительная литература:**

1. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта. Учебник. М., 2016 С. 197-220.

**Практическое занятие по теме 6 Введение в психологию спорта.**

Предмет психологии спорта; развитие психологии спорта в России; проблемы психологии спорта; методы исследования в психологии спорта.

**Литература:**

**Основная литература:**

1. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014
2. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.—Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55586.html>.— ЭБС «IPRbooks»

**Дополнительная литература:**

1. Попов А. Л. Спортивная психология. М. 2013

**Практическое занятие по теме 7. Психология спортивного коллектива.**

Понятие и признаки спортивного коллектива; структура спортивной команды; динамические процессы в команде; психологическая совместимость и срабатываемость в групповой спортивной деятельности.

**Литература:****Основная литература:**

1. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014
2. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.—Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55586.html>.— ЭБС «IPRbooks»

**Дополнительная литература:**

1. Попов А. Л. Спортивная психология. М. 2013

**Практическое занятие по теме 8. Психологическая характеристика спортивно-педагогической деятельности.**

Структура спортивно-педагогической деятельности; стили руководства; творчество тренера, преподавателя.

**Литература:****Основная литература:**

1. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014
2. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.—Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55586.html>.— ЭБС «IPRbooks»

**Дополнительная литература:**

1. Попов А. Л. Спортивная психология. М. 2013

**Практическое занятие по теме 9. Психология общения в спорте.**

Понятие, функции, средства общения; управление общением в команде; определение ситуации и выбор адекватного поведения.

**Литература:****Основная литература:**

1. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014
2. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.—Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55586.html>.— ЭБС «IPRbooks»

**Дополнительная литература:**

1. Попов А. Л. Спортивная психология. М. 2013

**Практическое занятие по теме 10. Психологические основы физической подготовки.**

Психологическая сущность физической подготовки; психологическая характеристика физических качеств; интегративный подход при развитии физических качеств; условия, способствующие максимальному проявлению физических качеств.

**Литература:****Основная литература:**

1. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014
2. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.—Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55586.html>.— ЭБС «IPRbooks»

**Дополнительная литература:**

1. Попов А. Л. Спортивная психология. М. 2013

**Практическое занятие по теме 11. Психологические основы тактической подготовки в спорте.**

Понятие тактики, тактическая подготовка. Задачи тактической подготовки; психологические особенности мышления в спортивной деятельности; психологические особенности планирования тактических действий; факторы, обуславливающие принятие решения.

**Литература:****Основная литература:**

1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011

**Дополнительная литература:**

1. Попов А. Л. Спортивная психология. М. 2013

**Практическое занятие по теме 12. Психодиагностика в спорте.**

Введение в психодиагностику; диагностика психических процессов; диагностика свойств личности; диагностика психических состояний.

**Литература:**

**Основная литература:**

1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011

**Дополнительная литература:**

1. Попов А. Л. Спортивная психология. М. 2013

**Практическое занятие по теме 13. Психическая саморегуляция в спорте.**

1. Понятие психорегуляции и ее назначение в спорте.

2. Становление психорегуляции; средства и методы психорегуляции;

3. Физиологические основы психорегуляции;

4. Психорегулирующая тренировка; методики развития умений психорегуляции.

**Литература:**

**Основная литература:**

1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011

**Дополнительная литература:**

1. Попов А. Л. Спортивная психология. М. 2013

#### **4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Особую роль в успешном овладении дисциплины играет *самостоятельная работа* бакалавров. Время, отведённое на самостоятельную подготовку, должно использоваться в целях формирования культуры умственного труда, самостоятельности и инициативы, привития бакалаврам навыков в самостоятельном изучении программного материала, навыков информационного поиска, закрепления и углубления знаний, а также для подготовки к очередным занятиям, зачёту и экзамену по дисциплине.

Самостоятельную работу бакалавров по дисциплине необходимо обеспечивать путём подготовки соответствующих методических рекомендаций, вопросов для самоконтроля, учебных пособий, а также проведением индивидуальных и групповых консультаций.

Преподавателю необходимо следить за публикациями в периодической печати по практикоориентированным вопросам психологии и дошкольной психологии и рекомендовать появляющиеся статьи в печатных изданиях для изучения, осмысления и реферирования в ходе самостоятельной работы. Особое внимание необходимо обратить на такие журналы как «Вопросы психологии», «Психология в образовании», «Вестник МГОУ. Серия Психология», «Педагогика и психология образования», «Психология человека в образовании», а также журналы, непосредственно связанные с профилем – «Физическая культура в школе» и др.

Самостоятельная работа бакалавров по дисциплине предполагает изучение ими отдельных тем курса, определенных программой. Основными видами и формами самостоятельной работы являются:

- выполнение практических заданий для самоконтроля и дополнительно даваемых преподавателем на занятии;
- подготовка к практическим занятиям, зачету, экзамену и написанию курсовой работы по дисциплине.

Преподаватель формулирует учебную задачу по той или иной теме и оценивает результаты самостоятельной работы бакалавров. Бакалавры самостоятельно выбирают учебные действия для решения поставленной преподавателем учебной задачи, планируют и контролируют ход своей

работы.

Структура самостоятельной работы бакалавров по дисциплине складывается из системы отдельных действий, которые необходимы для полноценного усвоения ими содержания дисциплины, а также для формирования у них способности и готовности применять полученные знания в последующей учебной и, в дальнейшем, профессиональной деятельности.

Система самостоятельной работы бакалавров может быть разложена на составляющие её структурные элементы:

- чтение конспекта лекций;
- комментирование и конспектирование учебной и научной литературы;
- выполнение практических заданий по самоконтролю;
- подготовка к зачёту и экзамену
- подготовка и написание курсовой работы.

Чтение конспекта лекций имеет несколько целей: первая – вспомнить, о чем говорилось на лекциях; вторая – дополнить конспект некоторыми мыслями и примерами из жизни, подкрепляющими и углубляющими понимание ранее услышанного в лекциях; третья – прочитать по учебнику то, что в лекции не могло быть раскрыто, но, тем не менее, подчеркивались какие-то особенности и нюансы, на которые студенту надо обратить особое внимание при чтении литературы. В последнем случае конспект лекций служит своеобразным путеводителем, ориентирующим в дальнейшей работе: что и где прочитать, чтобы лучше и подробнее разобраться в тех вопросах, которые в лекциях только намечены, но не раскрыты.

Чтение учебника – очень важная часть самостоятельной учебы. Основная функция учебника – ориентировать студентов в системе тех знаний, умений и навыков, которые должны быть усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. Учебник также служит путеводителем по многочисленным произведениям, ориентируя в именах авторов, специализирующихся на определённых научных направлениях, в названиях их основных трудов. Вторая функция учебника в том, что он очерчивает некий круг обязательных знаний по предмету, не претендуя на глубокое их раскрытие.

Чтение рекомендованной литературы – это та главная часть системы самостоятельной учебы студентов, которая обеспечивает подлинное усвоение науки. Во всех случаях изучение проблемы по разным источникам – залог глубокого усвоения науки.

Изучение литературы должно решать одновременно и задачу самоконтроля того, как усвоены знания, навыки и умения. Последние нужно сделать своеобразным итогом овладения теорией.

Для определения уровня успеваемости и качества самостоятельной подготовки студентов целесообразно проводить текущий контроль. Текущий контроль может осуществляться при проведении каждого занятия посредством как письменных, так и устных опросов.

| Разделы для самостоятельного изучения                          | Изучаемые вопросы                                                                                                                                                                                                                             | Кол-во часов | Формы самостоятельной работы     | Методические обеспечения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Формы отчетности                                                                      |
|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Предмет и объект психологии физического воспитания и спорта | 1. Особенности и задачи физического воспитания и спорта на разных этапах истории человеческого опыта.<br>2. Актуальность проблемы изучения, приобщения различных групп населения к здоровому образу жизни.<br>3. Связь психологии физического | 2            | Подготовка презентации, конспект | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство | Презентация, Обсуждение вопроса на практическом занятии. Составление словаря терминов |

|                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                          |   |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                    | воспитания и спорта с другими науками.                                                                                                                                                   |   |                                                                                                                        | «Спорт», 2016.— 624 с.—<br>Режим доступа:<br><a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                         |
| 2. Взаимосвязь физического, психомоторного и психического развития. Психологические основы обучения на уроках физической культуры. | 1. Развитие внимания и способы поддержания ее устойчивости.<br>2. Организация эффективного восприятия.<br>3. Особенности мыслительной деятельности.<br>4. Особенности проявления памяти. | 2 | Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети Интернет в читальном зале                    | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.—<br>Режим доступа:<br><a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks» | Презентация, Обсуждение вопроса на практическом занятии |
| 3. Психологические основы обучения двигательным действиям.                                                                         | 1. Теории построения и управления двигательным действиям<br>2. Индивидуализация обучения двигательным действиям.                                                                         | 4 | Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети Интернет в читальном зале                    | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.—<br>Режим доступа:<br><a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks» | Презентация, Обсуждение вопроса на практическом занятии |
| 4. Психология общения в спортивно-педагогической деятельности.                                                                     | 1. Взаимопонимание<br>2. Коммуникативная компетентность как условие успешности педагогической деятельности.<br>3. Конфликты в деятельности преподавателя, тренера.                       | 4 | Изучение лекции<br>Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети Интернет в читальном зале | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.—<br>Режим доступа:<br><a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a>                   | Презентация, Обсуждение вопроса на практическом занятии |

|                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
|                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                         | .html.— ЭБС «IPRbooks»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                         |
| 5. Проявление и воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом. | 1.Понятие воли.<br>2.Возрастные проявления воли.<br>3.Воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом.                                                                                        | 4 | Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети Интернет в читальном зале                                     | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks» | Презентация, Обсуждение вопроса на практическом занятии |
| 6. Введение в психологию спорта.                                                   | 1.Предмет психологии спорта;<br>2.Методы исследования в психологии спорта.                                                                                                                                      | 2 | Подготовка презентации, конспект<br>Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети Интернет в читальном зале | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks» | Презентация, Обсуждение вопроса на практическом занятии |
| 7. Психология спортивного коллектива                                               | 1.Понятие и признаки спортивного коллектива.<br>2.Структура спортивной команды.<br>3.Динамические процессы в команде.<br>4.Психологическая совместимость и срабатываемость в групповой спортивной деятельности. | 4 | Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети Интернет в читальном зале                                     | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks» | Презентация, Обсуждение вопроса на практическом занятии |
| 8.Психологическая характеристика                                                   | 1.Структура спортивно-педагогической                                                                                                                                                                            | 4 | Подготовка синквейнов с использованием                                                                                                  | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Решение синквейнов. Устные                              |

|                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                |   |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                |
|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| а спортивно-педагогической деятельности.                   | 2.Стили руководства.<br>3.Творчество тренера, преподавателя.                                                                                                                                                                                   |   | ем словаря терминов.<br>Подготовка логических схем<br>Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети Интернет в читальном зале                                     | 2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks»                                                                     | ответы с использованием логических схем                                                        |
| 9.Психология общения в спорте.                             | 1.Понятие, функции, средства общения.<br>2.Управление общением в команде.<br>3.Определение ситуации и выбор адекватного поведения.                                                                                                             | 4 | Подготовка синквейнов с использованием словаря терминов.<br>Подготовка логических схем<br>Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети Интернет в читальном зале | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks» | Решение синквейнов.<br>Устные ответы с использованием логических схем                          |
| 10.Психологические основы физической подготовки.           | 1.Психологическая сущность физической подготовки.<br>2.Психологическая характеристика физических качеств.<br>3.Интегративный подход при развитии физических качеств;<br>4.Условия, способствующие максимальному проявлению физических качеств. | 4 | Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети Интернет в читальном зале                                                                                           | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks» | Составление кроссворда с использованием слов из словаря терминов.<br>Демонстрация презентаций. |
| 11.Психологические основы тактической подготовки в спорте. | 1.Понятие тактики, тактическая подготовка.<br>2.Задачи тактической подготовки.<br>3.Психологические                                                                                                                                            | 4 | Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети                                                                                                                     | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Составление кроссворда с использованием слов из словаря терминов.<br>Демонстрация              |

|                                              |                                                                                                                                                                              |    |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                 |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                              | особенности мышления в спортивной деятельности.<br>4. Психологические особенности планирования тактических действий.                                                         |    | Интернет в читальном зале                                                                           | 3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks»                                                                                                                                                                 | презентаций.                                                                                                    |
| 12. Психодиагностика в спорте.               | 1. Введение в психодиагностику.<br>2. Диагностика психических процессов.<br>3. Диагностика свойств личности.<br>4. Диагностика психических состояний.                        | 8  | Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети Интернет в читальном зале | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks» | Доклады по теме с использованием презентаций в программе Power Point. Обсуждение результатов проведения методик |
| Тема 13. Психическая саморегуляция в спорте. | 1. Понятие психорегуляции и ее назначение в спорте.<br>2. Становление психорегуляции.<br>3. Средства и методы психорегуляции.<br>4. Методики развития умений психорегуляции. | 4  | Подготовка презентации, поиск релевантных материалов в библиотеках и сети Интернет в читальном зале | 1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011<br>2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010<br>3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014<br>4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.— Режим доступа: <a href="http://www.iprbookshop.ru/55586.html">http://www.iprbookshop.ru/55586.html</a> .— ЭБС «IPRbooks» | Доклады по теме с использованием презентаций в программе Power Point. Обсуждение результатов проведения методик |
| Всего                                        |                                                                                                                                                                              | 54 |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                 |

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### 5.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

| Код и наименование компетенции | Этапы формирования |
|--------------------------------|--------------------|
|--------------------------------|--------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ОПК-6:</b> Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями | 1. Работа на учебных занятиях (лекции, практические занятия).<br>2. Самостоятельная работа (домашние задания, письменные работы, подготовка кроссвордов, аннотирование текста, составление логических схем, составление словарей терминов, синквейнов, подготовка к дискуссии, подготовка к тестированию).                                                   |
| <b>ОПК-7:</b> Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ                                                                                                              | 1. Работа на учебных занятиях (лекции, практические занятия).<br>2. Самостоятельная работа (домашние задания, письменные работы, подготовка кроссвордов, аннотирование текста, составление логических схем, составление словарей терминов, синквейнов, подготовка к дискуссии, подготовка к тестированию)..<br>3. Участие в научно-исследовательской работе. |
| <b>ПК-4:</b> Способен осуществлять педагогическую поддержку и сопровождение обучающихся в процессе достижения метапредметных, предметных и личностных результатов                                                                          | 1. Работа на учебных занятиях (лекции, практические занятия).<br>2. Самостоятельная работа (домашние задания, письменные работы, подготовка кроссвордов, аннотирование текста, составление логических схем, составление словарей терминов, синквейнов, подготовка к дискуссии, подготовка к тестированию)..<br>3. Участие в научно-исследовательской работе. |

## 5.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

| Оцениваемые компетенции | Уровень сформированности | Этап формирования                                                                                                                                                                        | Описание показателей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Критерии оценивания                                            | Шкала оценивания |
|-------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------|
| ОПК-6                   | Пороговый                | 1. Работа на учебных занятиях (лекции, практические занятия).<br>Тема 2, 3, 8, 9, 10, 11, 12, 15.<br>2. Самостоятельная работа (домашние задания и т.п.) Тема 2, 3, 8, 9, 10, 11, 12, 15 | <b>Знать:</b> - основные этапы развития психологии физического воспитания и спорта;<br>- структуру и содержание альтернативных программ психологии физического воспитания, психологии спорта;<br>- структуру и содержание методов диагностики в психологии физического воспитания и спорта, методы и организацию психорегуляции и психогигиены в физическом воспитании и спорте;<br>- культурно-просветительские программы, закономерности становления и развития личности, индивидуально-психологических особенностей человека;<br>- методы организации и проведения научно-исследовательской работы в области физического воспитания и спорта;<br>- оценку системы психологических процессов;<br><b>Уметь:</b> - реализовывать учебные программы, самостоятельно разбираться в постановке и решении проблем, связанных со строением и развитием личности и индивидуальности человека;<br>- применять современные методы | Посещение, письменные задания, доклады, тесты, зачет, экзамен. | 41-60 б.<br>«3»  |

|       |                  |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                |                         |
|-------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------|
|       |                  |                                                                                                                                                                                          | диагностирования в психологии физического воспитания и спорта – организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам психологии физического воспитания и спорта;<br>- распознавать общие закономерности поведения;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                |                         |
|       | Продвину-<br>тый | 1. Работа на учебных занятиях (лекции, практические занятия).<br>Тема 2, 3, 8, 9, 10, 11, 12, 15.<br>2. Самостоятельная работа (домашние задания и т.п.) Тема 2, 3, 8, 9, 10, 11, 12, 15 | <b>Владеть:</b> - способами ориентации в профессиональных источниках информации (журнал, сайты, образовательные порталы и т.д.);<br>- способами диагностики уровня обученности и воспитанности учащихся; - способами конструирования учебных занятий;<br>- способами проектной и инновационной деятельности в воспитании;<br>- технологией психологического обеспечения процесса обучения различных категорий людей двигательными действиями и развития физических качеств в процессе физкультурно-спортивных занятий;<br>- учебными программами базовых и элективных курсов по психологии физической культуры;<br>- способами совершенствования профессиональных знаний и умений в психологии физического воспитания и спорта путем использования возможностей информационной среды образовательного учреждения;<br>- навыками обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся.                                                                                                                                                                                                                                              | Посещение, письменные задания, доклады, тесты, зачет, экзамен. | 61-100 б.<br>«4» и выше |
| ОПК-7 | Пороговый        | 1. Работа на учебных занятиях (лекции, практические занятия).<br>Тема 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15.<br>2. Самостоятельная работа (домашние задания и т.п.) Тема 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15.    | <b>Знать:</b> - основные этапы развития психологии физического воспитания и спорта;<br>- структуру и содержание альтернативных программ психологии физического воспитания, психологии спорта;<br>- структуру и содержание методов диагностики в психологии физического воспитания и спорта, методы и организацию психорегуляции и психогигиены в физическом воспитании и спорте;<br>- культурно-просветительские программы, закономерности становления и развития личности, индивидуально-психологических особенностей человека;<br>- методы организации и проведения научно-исследовательской работы в области физического воспитания и спорта;<br>- оценку системы психологических процессов;<br><b>Уметь:</b> - реализовывать учебные программы, самостоятельно разбираться в постановке и решении проблем, связанных со строением и развитием личности и индивидуальности человека;<br>- применять современные методы диагностирования в психологии физического воспитания и спорта – организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам психологии физического воспитания и спорта;<br>- распознавать общие закономерности поведения; | Посещение, письменные задания, доклады, тесты, зачет, экзамен. | 41-60 б.<br>«3»         |
|       | Продвину-<br>тый | 1. Работа на учебных занятиях (лекции, практические занятия).<br>Тема 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15.<br>2. Самостоятельная работа (домашние задания и т.п.) Тема 8, 9, 10, 12, 13, 14, 15.    | <b>Владеть:</b> - способами ориентации в профессиональных источниках информации (журнал, сайты, образовательные порталы и т.д.);<br>- способами диагностики уровня обученности и воспитанности учащихся; - способами конструирования учебных занятий;<br>- способами проектной и инновационной деятельности в воспитании;<br>- технологией психологического обеспечения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Посещение, письменные задания, доклады, тесты, зачет, экзамен. | 61-100 б.<br>«4» и выше |

|      |                  |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                |                         |
|------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------|
|      |                  |                                                                                                                                                                                                     | <p>процесса обучения различных категорий людей двигательными действиями и развития физических качеств в процессе физкультурно-спортивных занятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- учебными программами базовых и элективных курсов по психологии физической культуры;</li> <li>- способами совершенствования профессиональных знаний и умений в психологии физического воспитания и спорта путем использования возможностей информационной среды образовательного учреждения;</li> <li>- навыками обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                |                         |
| ПК-4 | Пороговый        | <p>1. Работа на учебных занятиях (лекции, практические занятия).<br/>Тема 3, 10, 11, 12, 13, 14, 15.</p> <p>2. Самостоятельная работа (домашние задания и т.п.) Тема 3, 10, 11, 12, 13, 14, 15.</p> | <p><b>Знать:</b> - основные этапы развития психологии физического воспитания и спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- структуру и содержание альтернативных программ психологии физического воспитания, психологии спорта;</li> <li>- структуру и содержание методов диагностики в психологии физического воспитания и спорта, методы и организацию психорегуляции и психогигиены в физическом воспитании и спорте;</li> <li>- культурно-просветительские программы, закономерности становления и развития личности, индивидуально-психологических особенностей человека;</li> <li>- методы организации и проведения научно-исследовательской работы в области физического воспитания и спорта;</li> <li>- оценку системы психологических процессов;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b> - реализовывать учебные программы, самостоятельно разбираться в постановке и решении проблем, связанных со строением и развитием личности и индивидуальности человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять современные методы диагностирования в психологии физического воспитания и спорта – организовывать и проводить научно-исследовательскую и методическую работу по проблемам психологии физического воспитания и спорта;</li> <li>- распознавать общие закономерности поведения;</li> </ul> | Посещение, письменные задания, доклады, тесты, зачет, экзамен. | 41-60 б.<br>«3»         |
|      | Продвину-<br>тый | <p>1. Работа на учебных занятиях (лекции, практические занятия).<br/>Тема 3, 10, 11, 12, 13, 14, 15.</p> <p>2. Самостоятельная работа (домашние задания и т.п.) Тема 3, 10, 11, 12, 13, 14, 15.</p> | <p><b>Владеть:</b> - способами ориентации в профессиональных источниках информации (журнал, сайты, образовательные порталы и т.д.);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способами диагностики уровня обученности и воспитанности учащихся;</li> <li>- способами конструирования учебных занятий;</li> <li>- способами проектной и инновационной деятельности в воспитании;</li> <li>- технологией психологического обеспечения процесса обучения различных категорий людей двигательными действиями и развития физических качеств в процессе физкультурно-спортивных занятий;</li> <li>- учебными программами базовых и элективных курсов по психологии физической культуры;</li> <li>- способами совершенствования профессиональных знаний и умений в психологии физического воспитания и спорта путем использования возможностей информационной среды образовательного учреждения;</li> <li>- навыками обучения двигательным действиям и совершенствования физических и психических качеств обучающихся.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Посещение, письменные задания, доклады, тесты, зачет, экзамен. | 61-100 б.<br>«4» и выше |

**5.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

**Примерная тематика текущего контроля (самоконтроля) успеваемости по дисциплине**

**Тема 1. Введение в курс «Психология физического воспитания и психология спорта.**

**Предмет и объект психологии физического воспитания и спорта.**

1. Психология физического воспитания как учебная дисциплина.
2. Роль психологии в формировании учителя физической культуры, тренера.
3. Содержание предмета «Психология физического воспитания и спорта».
4. Особенности и задачи физического воспитания и спорта на разных этапах истории человеческого опыта.
5. Актуальность проблемы изучения, приобщения различных групп населения к здоровому образу жизни.
6. Связь психологии физического воспитания и спорта с другими науками.

**Тема 2 Взаимосвязь физического, психомоторного и психического развития.**

**Психологические основы обучения на уроках физической культуры**

1. Развитие внимания и способы поддержания ее устойчивости.
2. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры.
3. Особенности мыслительной деятельности.
4. Особенности проявления памяти.
5. Интерес на уроке физической культуры.
6. Дидактические принципы, применяемые на уроке физической культуры.

**Тема 3 . Психологические основы обучения двигательным навыкам**

1. Теории построения и управления двигательным действиям;
2. Предпосылки к обучению спортивным упражнениям;
3. Функции преподавателя в процессе обучения;
4. Алгоритмизация при обучении движениям;
5. Индивидуализация обучения двигательным действиям.

**Тема 4. Психология общения в спортивно-педагогической деятельности.**

Взаимопонимание – предпосылка эффективности в общении; стили и барьеры педагогического общения; коммуникативная компетентность как условие успешности педагогической деятельности; конфликты в деятельности преподавателя, тренера.

**Тема 5. Проявление и воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом.**

Понятие воли. Волевые усилия, волевые качества; Возрастные проявления воли; воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом.

**Тема 6. Введение в психологию спорта.**

Предмет психологии спорта; развитие психологии спорта в России; проблемы психологии спорта; методы исследования в психологии спорта.

**Тема 7. Психология спортивного коллектива.**

Понятие и признаки спортивного коллектива; структура спортивной команды; динамические процессы в команде; психологическая совместимость и срабатываемость в групповой спортивной деятельности.

**Тема 8. Психологическая характеристика спортивно-педагогической деятельности.**

Структура спортивно-педагогической деятельности; стили руководства; творчество тренера, преподавателя.

#### **Тема 9. Психология общения в спорте.**

Понятие, функции, средства общения; управление общением в команде; определение ситуации и выбор адекватного поведения.

#### **Тема 10. Психологические основы физической подготовки.**

Психологическая сущность физической подготовки; психологическая характеристика физических качеств; интегративный подход при развитии физических качеств; условия, способствующие максимальному проявлению физических качеств.

#### **Тема 11. Психологические основы тактической подготовки в спорте.**

1. Понятие тактики, тактическая подготовка.
2. Задачи тактической подготовки;
3. Психологические особенности мышления в спортивной деятельности;
4. Психологические особенности планирования тактических действий;
5. Факторы, обуславливающие принятие решения.

#### **Тема 12. Психодиагностика в спорте.**

1. Введение в психодиагностику;
2. Знать диагностику психических процессов;
3. Знать диагностику свойств личности;
4. Знать диагностику психических состояний.

#### **Тема 13. Психическая саморегуляция в спорте.**

1. Понятие психорегуляции и ее назначение в спорте.
2. Становление психорегуляции;
3. Средства и методы психорегуляции;
4. Физиологические основы психорегуляции; психорегулирующая тренировка;
5. Методики развития умений психорегуляции.

#### **Письменные задания (логические схемы, кроссворды, словарь терминов, синквейны, дискуссии)**

1. Составление схем: «Психология физического воспитания», «Психология спорта», «Психологические основы физической подготовки»
2. Составление кроссвордов по Психологии ФК и С
3. Написание мини сочинения по теме: «Почему я выбрал профессию педагога по ФК».
4. Выполнение исследований по психодиагностике в спорте.
5. составление синквейнов с использованием слов из словаря терминов.
6. Дискуссия по психологии ФК и С.

#### **Темы докладов**

1. Особенности психологической подготовки в спорте.
2. Общая и специальная психологическая подготовка в спорте.
3. Сравнительная характеристика деятельности преподавателя физической культуры и тренера.
4. Психологические особенности спортивного соревнования.
5. Психологические особенности развития двигательных навыков.
6. Специализированные восприятия в спорте.
7. Психологическая характеристика деятельности преподавателя физической культуры.
8. Психология здорового образа жизни.
9. Психологические основы тактической подготовки.

10. Особенности личности спортсменов в разных видах спортивной деятельности.
11. Педагогическое общение.
12. Психологические особенности личности преподавателя и тренера.
13. Психология малых групп.
14. Лидерство в спорте.
15. Психическая работоспособность.
16. Приемы регуляции психических состояний.
17. Повышение мотивации к занятиям физической культурой.
18. Психическая надежность в спорте.

**Пример теста для текущего контроля и итогового контроля по дисциплине «Психология физического воспитания и спорта»**

1. ВЫБЕРИТЕ ЕДИНСТВЕННО ВЕРНЫЙ ОТВЕТ  
ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА....  
 а) наука о физиологическом взаимодействии в сфере спорта  
 б) о современном этапе развития человека  
 в) наука о внутреннем мире человека в сфере спорта  
 г) наука о спортивном воспитании человека  
 (Эталон: Наука о внутреннем мире человека в сфере спорта)
2. ПЕРИОД ЗАРОЖДЕНИЯ ПСИХОЛОГИИ ФК И СПОРТА СВЯЗАН С ДВУМЯ ШКОЛАМИ.....  
 а) ГЦОЛИФКа(руководитель Рудик П,А,)  
 б) ГДОИФКа им.П.Ф.Лесгафта(руководитель Пуни А.Ц.)  
 в) Греция  
 г) НПО  
 (Эталон: а, б)
3. ПОДГОТОВКА К СОЕВНОВАНИЯМ (ТРЕНИРОВКА), УЧАСТИЕ,НАПРЯЖЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЕ И ДУХОВНОЕ, ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ ОБЛАСТЬ...  
 а) Спортивной деятельности  
 б) Тренировочной  
 в) Трудовой  
 г) Организационной  
 (Эталон: а)
4. ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ПРИНЦИПА ДЕТЕРМИНИЗМА ПСИХИЧЕСКОЙ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА ПО И.М. СЕЧЕНОВУ...  
 а) рождение-сознание-смерть  
 б) самосознание-знание-анализ жизни  
 в) подсознательное-сознание-самосознание  
 г) зарождение-умственные способности-развитие  
 (Эталон: в)
5. ВЫБЕРИТЕ ЕДИНСТВЕННО ВЕРНЫЙ ОТВЕТ ОСНОВНАЯ ФУНКЦИЯ СОЗНАНИЯ И ПСИХИКИ ЧЕЛОВЕКА  
 а) отражение действительности  
 б) развитие  
 в) общение с людьми  
 г) формирование навыков  
 (Эталон: а)
6. ДОПОЛНИТЕ ОПРЕДЕЛЕНИЕ: ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ –НАУКА О ЗАКОНОМЕРНОСТЯХ РАЗВИТИЯ И ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ.....  
 а) спорта  
 б) движения  
 в) групп, подгрупп  
 г) психики, как особой формы жизнедеятельности

(Эталон: г)

7. ВЫБЕРИТЕ ЕДИНСТВЕННО ВЕРНЫЙ ОТВЕТ:

СУЩЕСТВУЕТ ДВЕ ОСНОВНЫЕ ФОРМЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СПОРТСМЕНОВ...

- а) противоборство, взаимодействие
- б) адаптация, взаимодействие
- в) по отношению к сопернику, по отношению к себе
- г) противоборство, единоборство

(Эталон: а)

8. ДОПОЛНИТЕ СУЖДЕНИЕ: ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПАРТНЁРОВ В СПОРТЕ ПРОТЕКАЕТ КАК...

- а) взаимная помощь, поддержка, согласование, координация совместных усилий
- б) прямое противоборство
- в) понимание себя
- г) конфликтность между соперниками

(Эталон: а)

ВЫБЕРИТЕ ЕДИНСТВЕННО ВЕРНЫЙ ОТВЕТ:

9. ПО Т.Т. ДЖАМГАРОВУ К ОПОСРЕДОВАННОМУ ПРОТИВОБОРСТВУ ОТНОСИТСЯ...

- а) непосредственное противоборство
- б) взаимодействие
- в) условный физический контакт
- г) жесткий физический контакт

(Эталон: в)

10. ВЫБЕРИТЕ ЕДИНСТВЕННО ВЕРНЫЙ ОТВЕТ:

ДВИГАТЕЛЬНАЯ ЗАТОРМОЖЕННОСТЬ, ПОНИЖЕНИЕ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ К НЕЗНАЧИМЫМ РАЗДРАЖИТЕЛЯМ, ПОЛНОЕ СОСРЕДОТОЧЕНИЕ ВНИМАНИЯ НА ЗНАЧИМОМ РАЗДРАЖИТЕЛЕ, ОПРЕДЕЛЯЮТ КАК...

- а) произвольное внимание
- б) оперативный покой
- в) слепопроизвольное внимание
- г) рассеянность внимания

(Эталон: б)

11. ВЫБЕРИТЕ ЕДИНСТВЕННО ВЕРНЫЙ ОТВЕТ:

ВНИМАНИЕ СТРАХУЮЩЕГО ТРЕНЕРА МОЖНО НАЗВАТЬ...

- а) оперативное
- б) активное
- в) подвижное
- г) внешнее

(Эталон: г)

12. ВЫБЕРИТЕ ТРИ ВЕРНЫХ ОТВЕТА:

ВИДЫ ВНИМАНИЯ...

- а) произвольное
- б) слепопроизвольное
- в) непроизвольное
- г) постпроизвольное
- д) надпроизвольное

(Эталон: а,б,в.)

13. ДОПОЛНИТЕ СУЖДЕНИЕ:

ВОСПРИЯТИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ СВЯЗАНО С....

- а) представлением о прошедшем, настоящем и будущем
- б) представлением о времени движения
- в) соотношением между отдельными фразами
- г) определением частоты смены движений

(Эталон: а)

14. ОТРАЖЕНИЕ В СОЗНАНИИ ПРЕДМЕТОВ, СОБЫТИЙ, ЯВЛЕНИЙ  
НАЗЫВАЕТСЯ \_\_\_\_\_

- а) память
  - б) деятельность.
  - в) мышление.
  - г) восприятие.
- (Эталон: г)

#### Вопросы к экзамену

1. Предмет психологии физической культуры и спорта.
2. Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости.
3. Психологическая характеристика физических качеств.
4. Педагогическая направленность психологии физического воспитания.
5. Организация эффективного воспитания на уроках физической культуры.
6. Психологические особенности двигательных навыков.
7. Психология спорта как прикладная отрасль психологического знания.
8. Особенности мыслительной деятельности.
9. Стадии формирования двигательных навыков.
10. Взаимосвязь психологии физической культуры и спорта.
11. Особенности проявления памяти.
12. Двигательные ощущения – основа саморегуляции моторных действий.
13. Задачи психологии физического воспитания и спорта.
14. Интерес к физической культуре как фактор, повышающий активность школьников.
15. Специализированные восприятия в спорте.
16. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте.
17. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры.
18. Роль представлений в управлении движениями.
19. Дидактические принципы.
20. Реакция в спорте.
21. Психологические основы обучения и спортивного совершенствования.
22. Психологические напряжения и перенапряжения в тренировочном процессе.
23. Тактическое мышление спортсмена.
24. Способности, необходимые учителю физической культуры.
25. Предсоревновательные психологические состояния.
26. Умения учителя физической культуры.
27. Мотивационная сфера школьника.
28. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности.
29. Деятельность учителя физической культуры.
30. Самосознание школьников.
31. Методы совершенствования тактического мышления.
32. Стиль деятельности учителей физической культуры.
33. Эмоциональная сфера школьников.
34. Авторитет учителя физической культуры.
35. Волевая сфера школьников.
36. Формирование личности спортсмена.
37. Психологические особенности личности тренера.
38. Понятие об индивидуальности.
39. Лидерство в спортивной группе.
40. Ученик – субъект учебной деятельности.
41. Социально - психологический климат. Психологические основы общения в спорте.

42. Специальная психологическая подготовка спортсменов к соревнованиям.
43. Психологическое обеспечение физической подготовки спортсмена.
44. Социально - психологические особенности спортивной группы.
45. Психологические основы отбора в спорте.
46. Стадии формирования двигательных навыков.
47. Методы психолого - педагогического изучения учителем физической культуры личности школьника.
48. Успешность спортивной деятельности и общения.
49. Причины динамики предсоревновательного психологического напряжения.
50. Поощрения и наказания.
51. Особенности взаимоотношений в системе «спортсмен – спортсмен».
52. Основы психорегуляции в спорте.
53. Основы психогигиены в спорте.
54. Стресс, снятие стресса.
55. Аутотренинг.
56. Мыслительная операция при физических нагрузках.

#### **5.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Краткая характеристика основных видов работы, характеризующих этапы формирования компетенций:

1) аннотирование текста (аннотация – краткая характеристика текста, книги, статьи, раскрывающая содержание). Фиксируются основные проблемы, затронутые в тексте, мнения, оценки, выводы автора;

2) составление конспекта по указанному источнику. Конспект представляет собой выделение важной информации из основного письменного текста и её краткое изложение. Правила составления конспекта: записываются только основные мысли, без подробностей и деталей; есть иерархия: заголовки, подзаголовки, списки; простая навигация: выделены вступление, ключевые слова, выводы; конспект написан своими словами;

3) составление словаря терминов. Составление словаря терминов и понятий способствует систематизации и усвоению материала курса. Содержание словаря составляют понятия, наиболее характерные для конкретного содержательного модуля, являющиеся ключевыми для понимания мировоззренческой и культурной специфики изучаемого. Работа со словарем способствует не только пониманию сути изучаемых явлений и фактов, но и совершенствует навыки работы с источниками информации, навыки устной и письменной речи, т.к. требует создания точных, понятных, грамотных формулировок. При составлении понятийного словаря учащиеся должны не просто осмыслить изучаемое явление и отобрать или сформулировать наиболее удачное определение понятия, но и мотивировать свой выбор, объяснить, почему данное понятие является значимым, определяющим для данной культуры;

4) подготовка докладов, рефератов с использованием презентаций в Power Point, по заранее обозначенным в рабочей программе дисциплины темам (реферат – краткое изложение содержания одного или нескольких источников, раскрывающее определенную тему; доклад – публичное сообщение на определенную тему, в процессе подготовки которого студент использует те или иные навыки исследовательской работы);

5) составление кроссворда с использованием словаря терминов/персоналий;

6) составление синквейнов. Синквейн – это особое стихотворение, которое возникает в результате анализа и синтеза информации. Мысль, переведенная в образ, как раз и свидетельствует об уровне понимания учащихся. Это прием, позволяющий развивать способности резюмировать информацию, излагать сложные идеи, чувства и представления в нескольких словах, требует вдумчивой рефлексии. Это быстрый, но мощный инструмент для рефлексии;

7) подготовка к дискуссии. Дискуссия - одна из важнейших форм коммуникации, метод решения спорных проблем и своеобразный способ познания. Она представляет собой коллективное

обсуждение какого-либо спорного или нерешенного вопроса с целью установления истинности. Результатом дискуссии должно стать общее мнение без разногласий.

8) разработка логических схем. При составлении логической схемы базы данных важно установление осмысленных связей, структурирование новых сведений. Логическая схема составляется на каждый пункт плана. При составлении логических схем баз знаний необходимо руководствоваться следующими требованиями: - простота схематического представления, выражающаяся в минимальном количестве элементов и их связей в схеме; -целевая и смысловая значимость элементов и связей и их иерархическое расположение в пространстве схемы (например, основные, вспомогательные и т.п.); -согласование элементов и связей как внутри схемы, так и вне ее (взаимоувязка с подобного рода смежными схемами); -наглядность представленных схем, для чего используются средства графики, форм, цветовых оттенков, а также табличный, цифровой, диаграммный иллюстративный материал.

9) Тестирование. Универсальным инструментом для определения обученности студентов на всех уровнях образовательного процесса является тестирование. Тест как инструмент вузовского мониторинга и прогнозирования обеспечивает преподавателя объективной и оперативной информацией об уровне усвоения студентами обязательного учебного материала, а администрацию – об эффективности учебного процесса.

Текущий контроль успеваемости студентов осуществляется, прежде всего, во время практических занятий: опрос студентов по теме занятия, заслушивание докладов и рефератов студентов, анализ подготовленных студентами презентаций, выполнение письменных работ.

Для определения степени достижения учебных целей по дисциплине промежуточную аттестацию обучающихся в форме зачета предлагается проводить в виде индивидуального аудита работы студента в рамках освоения дисциплины. Оправданность такого итогового контроля обусловлена тем, что преподаватель должен выяснить, как каждый обучаемый усвоил материал дисциплины именно на практическом уровне, т.е. важен итоговый личный результат каждого обучаемого. Поэтому важным здесь является не столько оперирование теоретическими знаниями, сколько представленность практического опыта бакалавра и наличие у него навыков применения полученных знаний на практике.

При этом бакалавр, получая один вопрос для осмысления, в ходе собеседования с преподавателем получает ряд дополнительных вопросов, которые позволят преподавателю оценить уровень сформированности компетенций. Поэтому преподавателю целесообразно предусмотреть проблемные вопросы, связанные с осмыслением опыта, полученного бакалаврами в ходе занятий, а также вопросы, связанные с пониманием деятельности психолога в выбранной для освоения отрасли психологии.

#### **Распределение баллов по видам работ**

| <b>Вид работы</b>             | <b>Кол-во баллов<br/>(максимальное значение)</b> |
|-------------------------------|--------------------------------------------------|
| Аннотирование текста          | до 5 баллов                                      |
| Конспект                      | до 5 баллов                                      |
| Словарь терминов              | до 5 баллов                                      |
| Устный опрос                  | до 10 баллов                                     |
| Доклад/Реферат с презентацией | до 10 баллов                                     |
| Кроссворд                     | до 5 баллов                                      |
| Синквейн                      | до 5 баллов                                      |
| Дискуссия                     | до 5 баллов                                      |
| Логические схемы              | до 5 баллов                                      |
| Тестовые задания              | до 5 баллов                                      |
| Экзамен                       | до 40 баллов                                     |

#### **Аннотирование текста оценивается:**

В качестве оценки используются следующие критерии:

4–5 баллов. Зафиксированы основные проблемы, затронутые в тексте, мнения, оценки, выводы авторов. Аннотация составлена грамотно, полно, логично.

2–3 баллов. Не полностью зафиксированы основные проблемы, затронутые в тексте, мнения, оценки, выводы авторов. При составлении аннотации допущены пропуски.

0–1 баллов. Аннотация составлена небрежно и неграмотно, имеются нарушения логики аннотируемого материала. Не выделены все основные проблемы, заявленные в источнике.

### **Написание конспекта оценивается**

В качестве оценки используется следующие критерии:

4–5 баллов. В содержании конспекта соблюдена логика изложения вопроса темы; материал изложен в полном объеме; выделены ключевые моменты вопроса материал изложен понятным языком; формулы написаны четко и с пояснениями; схемы, таблицы, графики, рисунки снабжены пояснениями выполнены в соответствии с предъявляемыми требованиями; к ним даны все необходимые пояснения; приведены примеры, иллюстрирующие ключевые моменты темы.

2–3 баллов. В содержании конспекта не соблюден литературный стиль изложения, прослеживается неясность и нечеткость изложения, иллюстрационные примеры приведены не в полном объеме.

0–1 баллов. Конспект составлен небрежно и неграмотно, имеются нарушения логики изложения материала темы, не приведены иллюстрационные примеры, не выделены ключевые моменты темы.

### **Написание доклада и его презентация оценивается с использованием программы Power Point,**

В качестве оценки используется следующие критерии:

8–10 баллов Содержание соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.

5–7 баллов. Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.

2–4 баллов. Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения историографии темы, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.

0–1 балла. Работа не имеет логичной структуры, содержание работы в основном не соответствует теме, база источников исследования является недостаточной для решения поставленных задач, студент показал неуверенное владение материалом, неумение формулировать собственную позицию.

### **Опрос оценивается**

В качестве оценки используется следующие критерии:

8–10 баллов. Содержание ответа полностью соответствует поставленному вопросу (заданию), полностью раскрывает цели и задачи, сформулированные в вопросе; изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал хорошее владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.

6–7 баллов. Содержание ответа недостаточно полно соответствует поставленному вопросу, не раскрыты полностью цели и задачи, сформулированные в вопросе; изложение материала не

отличается логичностью и нет смысловой завершенности сказанного, студент показал достаточно уверенное владение материалом, не показал умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.

3–5 баллов. Содержание ответа не отражает особенности проблематики заданного вопроса, – содержание ответа не полностью соответствует обозначенной теме, не учитываются новейшие достижения историографии темы, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.

0–2 балла. Ответ не имеет логичной структуры, содержание ответа в основном не соответствует теме, студент показал неуверенное владение материалом, неумение формулировать собственную позицию.

### **Словарь терминов оценивается:**

В качестве оценки используется следующие критерии:

4–5 баллов. Наиболее полно представлены слова из текста. Используются характеристики слова/словосочетания не только предложенные в тексте учебника, но и из других источников. Представлены слова, не имеющие «расшифровки» в анализируемом тексте.

2–3 баллов. Недостаточно полно представлены слова из текста. Используются характеристики слова/словосочетания только предложенные в тексте учебника.

0–1 баллов. Недостаточно и нелогично выбраны слова/понятия для словаря. Используются характеристики слова/словосочетания только предложенные в тексте учебника без понимания их сущности и значимости.

### **Кроссворд оценивается:**

В качестве оценки используется следующие критерии:

4–5 баллов. Правильные ответы на 85-100% вопросов.

2–3 баллов. Правильные ответы на - 70-84%.

0–1 баллов. Правильные ответы с 69% и ниже.

### **Синквейн оценивается:**

В качестве оценки используется следующие критерии:

4–15 баллов. В разработке четко прослеживается анализ и синтез работы со словом. Мысль, переведенная в образ, свидетельствует об уровне понимания слова. Явно проявляется способность резюмировать информацию, излагать сложные идеи, чувства и представления в нескольких словах.

2–3 баллов. В разработке прослеживается анализ работы со словом, однако мысль, переведенная в образ, свидетельствует о недостаточном уровне понимания слова. Явно проявляется способность резюмировать информацию, но затруднения в изложении сложных идей.

0–1 баллов. Подобранные аналогии и характеристики не рефлексивны, далеки от сути содержания слова.

### **Дискуссия оценивается:**

В качестве оценки используется следующие критерии:

4–5 баллов. Активное участие в дискуссии с использованием материалов, подготовленных самостоятельно; аргументированность доказательной базы; логичность доказательной базы; соблюдение этики дискуссии.

2–3 баллов. Не достаточно активное участие в дискуссии; материалы для дискуссии подготовлены, но не логичны, разрозненны, не доказательны.

0–1 баллов. Не принимает участие в дискуссии; отсутствие материалов подготовки к дискуссии.

### **Логические схемы оцениваются:**

В качестве оценки используется следующие критерии:

4–5 баллов. Логические схемы выполнены с соблюдением следующих требований: простота схематического представления, выражающаяся в минимальном количестве элементов и их связей в

схеме; целевая и смысловая значимость элементов и связей и их иерархическое расположение в пространстве схемы; согласование элементов и связей как внутри схемы, так и вне ее; наглядность представленных схем, для чего используются средства графики, форм, цветовых оттенков, а также табличный, цифровой, диаграммный иллюстративный материал.

2–3 баллов. Логические схемы загромождены

0–1 баллов. Логические схемы выполнены не по форме – текстовые варианты; не раскрывают всех вопросы темы, поверхностны, не логичны. Работа выполнена не аккуратно.

### Тест оценивается:

В качестве оценки используется следующие критерии:

4–5 баллов. Правильные ответы на 85-100% вопросов.

2–3 баллов. Правильные ответы на - 70-84%.

0–1 баллов. Правильные ответы с 69% и ниже.

Шкала соответствия рейтинговых оценок пятибалльным оценкам: 100-81% - «отлично» (5); 80-61% - «хорошо» (4); 60-41% - «удовлетворительно» (3); 40-21% - «неудовлетворительно» (2); 20-0% - «необходимо повторное изучение».

|   | Оценка по 5-балльной системе  | Оценка по 100-балльной системе |
|---|-------------------------------|--------------------------------|
| 5 | Отлично                       | 81-100                         |
| 4 | Хорошо                        | 61-80                          |
| 3 | Удовлетворительно             | 41-60                          |
| 2 | Неудовлетворительно           | 21-40                          |
| 1 | Необходимо повторное изучение | 0-20                           |

### Экзамен

Баллы конвертируется в оценку «зачтено» - «не зачтено» по следующей схеме:

|            |          |                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| зачтено    | 41-100   | бакалавр показал в ответе в полном объеме знание теории вопроса, привел практические примеры, ответ хорошо структурирован по форме; бакалавр показал в ответе знание теории вопроса, привел практические примеры, однако в структурном отношении ответ имеет погрешности |
| не зачтено | менее 40 | бакалавр допускал в ответе грубые ошибки в освещении теории вопроса с неточностями и/или не справился с задачей иллюстрации ответа практическими примерами, в структурном отношении ответ не продуман.                                                                   |

В качестве оценки используются следующие критерии:

- посещаемость студентом лекционных занятий,
- активность на практических занятиях,
- выполнение самостоятельной работы,
- отработка пропущенных занятий по уважительной причине.

38–40 баллов – регулярное посещение занятий, высокая активность на практических занятиях, содержание и изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.

5 баллов (отлично).

34–37 баллов – систематическое посещение занятий, участие на практических занятиях, единичные пропуски по уважительной причине и их отработка, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.

4 балла (хорошо).

28–33 баллов – нерегулярное посещение занятий, низкая активность на практических занятиях, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.

*3 балла (удовлетворительно).*

0–27 балла – регулярные пропуски занятий и отсутствие активности работы, студент показал незнание материала по содержанию дисциплины.

*2 балла (неудовлетворительно).*

Неудовлетворительной сдачей экзамена («неудовлетворительно») считается оценка менее или равная 27 баллам (при максимально возможном количестве баллов – 40).

При неудовлетворительной сдаче экзамена (менее или равно 27 баллам) или неявке по неуважительной причине на зачет результат приравнивается к нулю (0). В этом случае студент в установленном в университете порядке обязан пересдать экзамен.

При пересдаче экзамена используется следующее правило для формирования рейтинговой оценки:

– первая пересдача – фактическая рейтинговая оценка, полученная студентом за ответ, минус 10 баллов;

– вторая пересдача – фактическая рейтинговая оценка, полученная студентом за ответ, минус 20 баллов.

Экзамен должен в обязательном порядке заканчиваться подведением итогов, где качественную оценку своих знаний должен получить каждый обучаемый. Кроме того, в ходе подведения итогов бакалавры должны быть сориентированы на дальнейшее углубление знаний и расширение опыта, приобретенных в ходе изучения дисциплины.

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **6.1. Основная литература**

1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. – СПб.: РГПУ, 2011
2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010
3. Шищенко, Г.А.. Спортивная психология /Шищенко Г.А.. – Екатеринбург: УралГАФК, 2014
4. Психология физической культуры [Электронный ресурс]: учебник/ Б.П. Яковлев [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Издательство «Спорт», 2016.— 624 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/55586.html>.— ЭБС «IPRbooks»

### **6.2. Дополнительная литература**

1. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта. Учебник. М., 2016 С. 197-220.
2. Попов А. Л. Спортивная психология. М. 2013

### **6.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

- <http://mon.gov.ru> — официальный сайт Министерства образования и науки Российской Федерации
- <http://mo.mosreg.ru/> – Министерство образования Московской области
- <http://www.mgou.ru/> – Московский государственный областной университет
- <http://www.edu.ru> — федеральный портал “Российское образование”
- <http://window.edu.ru> — единое окно доступа к образовательным ресурсам
- <http://www.school.edu.ru> — Российский общеобразовательный портал
- <http://www.openet.ru> — Российский портал открытого образования
- <http://www.elw.ru> — сайт журнала e-Learning World (“Мир электронного обучения”)
- <http://vio.uchim.info> — электронный сетевой журнал “Вопросы интернет-образования”
- <http://www.e-joe.ru> — сайт журнала “Открытое образование”
- <http://www.eidos.ru/journal/> — интернет-журнал “Эйдос”
- <http://www.edu-expo.ru> — сайт Всероссийского форума “Образовательная среда”
- <http://www.schoolexpo.ru> — сайт Российского образовательного форума

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Образовательные технологии, используемые в процессе изучения дисциплины, ориентированы на формирование у студентов позиции субъекта учебной деятельности. Лекции носят ориентировочный и проблемный характер, что направлена на формирование широкой эрудированности, методологической культуры для решения профессиональных задач в педагогической деятельности по проектированию образовательного процесса воспитания и обучения дошкольников. На семинарских занятиях проводятся блиц-опросы, позволяющие выявить уровень компетентности студентов в обсуждаемой проблеме, понимания её сущности. Широко используются интерактивные средства и методы обучения, связанные с формированием и развитием методологической рефлексии.

**Методические рекомендации по написанию конспекта.** Конспект – это краткая письменная фиксация основных фактических данных, идей, понятий и определений, устно излагаемых преподавателем или представленных в литературном источнике. Такой вид аналитической обработки материала должен отражать логическую связь частей прослушанной или прочитанной информации. Результат конспектирования – хорошо структурированная запись, позволяющая обучающемуся с течением времени без труда и в полном объеме восстановить в памяти нужные сведения.

**Методические рекомендации при составлении Терминологического словаря** - это словарь, содержащий термины, изученные обучающимся в ходе лекции, самостоятельно изучения предложенной преподавателем по теме научной литературы. Словарь составляется в алфавитном порядке. Составление терминологического словаря относится к самостоятельной работе студента и оценивается по его полноте и качеству выполнения.

### **Методические рекомендации по написанию докладов**

Доклад - это краткое сообщение по заданной преподавателем теме, в котором собрана информация из одного или нескольких источников. Доклад может являться изложением содержания научной работы, статьи и т.п. При разработке доклада обучающийся должен учитывать: - степень раскрытия темы; - какой личный вклад он внес в разработку эссе; - логическую структурированность материала; - использование постраничных ссылок; - достаточность объема и качества используемых источников; - оформление текста и грамотности речи. При написании докладов необходимо выделить проблему обсуждения, составить план, выделить смысловые части обсуждаемой проблемы по каждому пункту плана, подобрать литературу. Для подбора литературы необходимо пользоваться списком дополнительной литературы и списком литературы, рекомендуемой для углубленного изучения курса, а также Интернет-ресурсами.

**Методические рекомендации по подготовке презентации.** Презентация – это мультимедийное представление документа или комплекта документов, предназначенная для представления их аудитории слушателей. Цель презентации — донести до аудитории полноценную информацию об объекте презентации в удобной форме.

При разработке презентации по заданной преподавателем теме, обучающийся должен обратить внимание на: содержание информации; оформление слайдов; стиль изложения; объем информации. Поскольку презентация это визуальная форма представления материала, обучающийся также должен обратить внимание на оформление слайдов: фон, использование цвета, анимационные эффекты, расположение информации на странице, шрифты, выделение информации, виды слайдов.

### **Методические рекомендации к выполнению самостоятельной работы.**

При самостоятельном изучении дисциплины особое внимание необходимо обратить на систему терминов – тезаурус. Понятийный тезаурус педагогической науки – это основа, каркас, на котором зиждется дошкольная педагогика, теория обучения и воспитания дошкольников. Терминология педагогической науки сложна и многообразна, поэтому часто подменяется житейской терминологией. Исходя из этого, при самостоятельной подготовке студентов необходимо предусмотреть специальную работу с терминологией, предполагающую работу с этимологией терминов, а также, выявление различий у сходных терминов. Самостоятельная работа студентов включает в себя изучение рекомендованной литературы по всем вопросам, раскрывающим содержание каждой темы, а также выполнения заданий, помещенных после описания занятий по

темам. Студентам рекомендуется готовить тематические доклады и сообщения по темам рефератов, предложенных к каждому разделу.

***Методические рекомендации по подготовке студентов к практическим занятиям.***

Целью практических занятий изучаемой дисциплины является:

- помочь студентам осмыслить изучаемый материал;
- сформировать навыки и умения интеллектуальной и учебной деятельности;
- помочь студентам получить полную и связную картину развития психологической науки на основе анализа возникновения и дальнейшего развития научных знаний о психике;
- на основе воссоздания исторической научной психологической мысли помочь студентам осознать и установить связь теории и практики, научить связывать полученные знания с будущей профессиональной деятельностью.

При подготовке к практическим занятиям, для обеспечения полноценного осмысления научных знаний в рамках изучаемой дисциплины, студентам необходимо:

- чтение конспекта лекций, обеспечивающего первое знакомство с основными научно-теоретическими положениями изучаемой темы и выступающего своеобразным путеводителем, ориентирующим студента в дальнейшей работе с теми вопросами, которые в лекциях только намечены, но не раскрыты;
- чтение рекомендованной к изучению литературы, включая учебник по изучаемой дисциплине.

Основная функция учебника – познакомить студента с системой необходимых знаний, умений и навыков в рамках изучаемой темы, очерчивая тем самым некий круг обязательных знаний по предмету, а также, сориентировать студента в именах авторов, специализирующихся на определённых научных направлениях, в названиях их основных трудов.

Чтение рекомендованной литературы - это главная часть системы самостоятельной подготовки студента к практическому занятию, которая обеспечивает более полное и подробное усвоение изучаемого предмета. Читать предложенную к изучению литературу нужно по принципу: «идея, теория в одной, в другой и т.д. книгах». Этот подход особенно актуален для изучения дисциплины «История психологии», так как в психологической науке существуют различные концепции ее истории. Во всех случаях изучение проблемы по разным источникам - залог глубокого усвоения предмета.

- составление конспекта прочитанной научной литературы. Конспект – вид самостоятельной работы, способствующий формированию навыков исследовательской работы. Работая с рекомендованными к изучению источниками, именно составление конспекта помогает систематизировать полученные сведения, делать выводы и обобщения;
- выделить трудные или недостаточно усвоенные аспекты учебного материала, в случае необходимости подготовить заранее вопросы, которые необходимо озвучить в ходе обсуждения изучаемой темы на практическом занятии;
- изучение рекомендованной литературы должно решать одновременно и задачу подготовки к ответам на контрольные вопросы изучаемой темы, что является промежуточным контролем овладения дисциплиной;
- вопросы, выносимые на экзамен, должны служить постоянным ориентиром при подготовке студента к практическим занятиям, так как усвоение учебного предмета в процессе самостоятельного изучения учебной и научной литературы является и подготовкой к экзамену, а сам экзамен становится формой проверки, в первую очередь, качества всего процесса изучения дисциплины.

## **8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**Лицензионное программное обеспечение:**

1. Microsoft Windows
2. Microsoft Office
3. Kaspersky Endpoint Security

**Информационные справочные системы:**

- 1 Система ГАРАНТ

## 2. Система «Консультант Плюс»

### Профессиональные базы данных

1. fgosvo.ru
2. parvo.gov.ru
3. www.edu.ru

## 9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные учебной мебелью, доской, демонстративным оборудованием;

- помещения для самостоятельной работы, укомплектованные учебной мебелью, персональными компьютерами с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную образовательную среду МГОУ;

- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, укомплектованные мебелью (шкафы / стеллажи), наборами демонстративного оборудования и учебно-наглядными пособиями.