Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

Салимов Марат Ильдусович
cn=Салимов Марат Ильдусович,
o=Екатеринбургский институт
физической культуры (филиал) ФГБОУ
ВО "УралГУФК", ou=Зам.директора по УР,
email=salimov@sport-ural.ru, c=RU
2025.09.16 09:40:32 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по учебной работе
_____М.И.Салимов

«30» января 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА»

Направление подготовки – 49.03.01 Физическая культура

Форма обучения – очная, с применением дистанционных образовательных технологий

Объем программы - 34 часов

Екатеринбург 2025

Лист согласования

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Психология спорта»* составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура
Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ГСЭД протокол №5 от « » 2025 г.
Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» протокол №5 от «30» января 2025 г.

Заведующий кафедрой ГСЭД А.К. Симонова

Согласовано:
Декан ФПК и ППК М.В. Светлакова

1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС ВО 3++, ПООП, профессиональным стандартам, РУП по направлению подготовки):

код компетенции	Наименование компетенции	Степень реализации компетенции (полностью или частично)	Индикаторы достижения компетенции	Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии). / область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников
1	2	3	**4**	5
ОПК-1	способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;	Способен планировать содержание занятий с учетом психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;	**Знать** **Пороговый уровень** - Психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; **Высокий уровень** - Психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - Основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста **Повышенный уровень** - Психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации; - Основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся старшего дошкольного, школьного возраста, взрослых и людей пожилого возраста **Уметь** **Пороговый уровень** - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом **Высокий уровень** - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом **Повышенный уровень** - учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом	Профессиональный стандарт «Тренер» (Зарегистрировано в Минюсте России 25.04.2019№54519) и требования ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата) (Приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 №940 Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся А/01.5. Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах физической культуры и интереса к занятиям спортом А/02.5. Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе А/03.5. Осуществление набора обучаю-щихся в группы и секции этапа начальной подготовки (по виду спорта, спортивным дисциплинам) В/01.5. Обучение основам техники двига-тельных действий (по виду спорта, спортивным дисциплинам) В/02.5. Формирование у обучающихся представлений о теоретических основах вида спорта, спортивной этике В/03.5. Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе начальной подготовки В/04.5. Осуществление отбора обучающихся в группы и секции тренировочного этапа (этапа

			Имеет опыт: **Пороговый уровень** - планировать содержание занятий с учетом психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста **Высокий уровень** - планировать содержание занятий с учетом психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста **Повышенный уровень** - планировать содержание занятий с учетом психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста	спортивной специализации) по виду спорта, спортивным дисциплинам С/01.5. Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической подготовленности, соответствующей специфике вида спорта С/02.5. Формирование навыков соревновательной деятельности С/03.5. Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) С/04.5.
ОПК-9	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки психического состояния занимающихся	**Знать** **Пороговый уровень** - В основе принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом; **Высокий уровень** - В основе принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования **Повышенный уровень** - В основе принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом, включая психодиагностику, психопрофилактику, психокоррекцию, элементы консультирования **Уметь** **Пороговый уровень** - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом, в том числе в рамках спортивной ориентации и отбора; **Высокий уровень** -- подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом, в том числе в рамках спортивной ориентации и отбора; - при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации учитывать принципы и условия их психологического	

			сопровождения **Повышенный уровень** - подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом, в том числе в рамках спортивной ориентации и отбора; - при построении учебно-воспитательного, учебно-тренировочного процесса и занятий по двигательной рекреации учитывать принципы и условия их психологического сопровождения **Имеет опыт:** **Пороговый уровень** применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта, в том числе в рамках спортивной ориентации и отбора ; **Высокий уровень** применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта, в том числе в рамках спортивной ориентации и отбора ; **Повышенный уровень** применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в сфере физической культуры и спорта, в том числе в рамках спортивной ориентации и отбора	

2. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Трудоемкость
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	28
Лекции (Лек)	18
Практические занятия (Пр)	10
Самостоятельная работа, в том числе	6

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоятельная работа (часы)
МОДУЛЬ №1 Теоретические основы психологии физической культуры и спорта				
	Название раздела 1			
1.1.	Тема Введение в психологию физической культуры и спорта. Психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования. Развитие психомоторных и познавательных способностей в процессе физического воспитания.	**Лекции** История становления психологии физической культуры и спорта. Предмет психологии физической культуры и спорта. Педагогическая направленность психологии физической культуры. Психология спорта как прикладная отрасль психологического знания. Взаимосвязь психологии физической культуры и психологии спорта. Задачи психологии физической культуры и спорта. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте. Психологическая систематика видов спорта. Понятие обучения и воспитания. Структура спортивной деятельности: мотивация, средства, результат. Особенности воспитания в процессе физической культуры. Психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования. Телесная саморегуляция как психологическая основа здорового образа жизни. Профилактика зависимого поведения. Способы активации деятельности при занятиях физической культурой. Психологические основы подготовки спортсмена в системе учебно-тренировочной деятельности. Нравственная подготовка. Психологические аспекты физической, технической и тактической подготовки спортсменов. Условия спортивного совершенствования. Психологические основы освоения двигательных действий. Структура и стадии формирования двигательных навыков. Двигательные ощущения – основа саморегуляции моторных действий. Развитие психомоторных, познавательных способностей эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания. Специализированные восприятия в спорте. Роль представлений в управлении движениями. Реакция в спорте. Развитие и способы поддержания внимания при занятиях физической культурой и спортом. Роль памяти и мышления в двигательной и спортивной деятельности. Использование различных видов мышления на занятиях физической культурой. Так-	6	

		тическое мышление спортсмена. Психологические особенности планирования тактических действий и реализации плана. Методы совершенствования тактического мышления. Моделирование спортивной деятельности как метод организационной подготовки к соревнованиям. **Практические/семинарские / лабораторные занятия** Психологическая систематика видов спорта. Психологические аспекты физической, технической и тактической подготовки спортсменов. Психологические особенности планирования тактических действий и реализации плана. **Самостоятельная работа студентов (*тематический конспект*)** Подготовить доклад «История развития психологии физического воспитания и спорта». Разработать и осветить в конспективной форме вопросы: телесная саморегуляция как психологическая основа здорового образа жизни, профилактика зависимого поведения, способы активации деятельности при занятиях физической культурой. Разработать и осветить в конспективной форме вопросы: развитие психоматорных, познавательных способностей, эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания, моделирование спортивной деятельности как метод организационной подготовки к соревнованиям.	2 6	
1.2.	Тема Развитие эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания. Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности.	**Лекции** Роль эмоций в занятиях физической культурой. Телесные проявления эмоций. Взаимосвязь психомоторики и эмоциональных переживаний человека. Понятие эмоционального интеллекта. Психологические основы волевых действий в спортивной деятельности. Структура волевого акта. Специфика препятствий и трудностей в спортивной деятельности. Виды волевых усилий. Волевые качества личности. Волевая подготовка спортсмена. Самовоспитание воли. Мотивация двигательной и спортивной деятельности. Механизмы развития индивидуальности при занятиях физической культурой и спортом. Методики изучения структурных компонентов личности спортсмена. Понятие психологической подготовки спортсменов и команд. Индивидуальный подход при психологической подготовке. Общая характеристика психических состояний в спортивной деятельности; профессионально-важные психические состояния на различных актуальных отрезках спортивной деятельности. Влияние спортивной деятельности на	6	

		психологическое состояние личности и коллектива (команды), методы его изучения и коррекции. Динамика психических состояний. Психические состояния тренировки и соревнования. Психическая и психологическая подготовленность к соревновательной деятельности. **Практические/семинарские занятия** Волевая подготовка спортсмена. Составление психологической характеристики на тренера, преподавателя (психологические особенности профессии учителя физического воспитания и тренера).	4	
Модуль №2 Прикладные аспекты психологии физической культуры и спорта				
	Название раздела 1			
2.1.	Тема Методы изучения и коррекции спортивного коллектива. Основы психорегуляции. Спортивная психодиагностика и психология спортивного отбора. Психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте.	**Лекции** Социально-психологические особенности спортивной группы. Формальная и неформальная структура команды. Развитие малой группы. Лидерство в спортивной группе. Сплоченность и социально-психологический климат. Психологические основы общения в спорте. Особенности взаимоотношений в системе «тренер-спортсмен». Особенности взаимоотношений «спортсмен-спортсмен». Стили руководства спортивной группой. Методы исследования и оптимизации внутригруппового общения в команде. Понятие психорегуляции. Роль познавательных и эмоциональных процессов в психической регуляции. Гетерорегуляционные и ауторегуляционные методы. Основы аутогенной тренировки. Идеомоторная тренировка. Психологические компоненты оптимального боевого состояния спортсмена; способы достижения ОБС. Методы и приемы снятия избыточного нервно-психического напряжения. Специальная психологическая подготовка к соревнованиям. Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в условиях соревнований. Психорегуляция на этапе восстановления. Понятие психологической диагностики. Спортивная психодиагностика. Классификация психодиагностических методов и методик. Технические характеристики тестов. Этапы психодиагностического процесса. Психодиагностические методики в спорте: методики диагностики психических процессов, состояний, личностных особенностей. Когнитивные тесты. Стандартизованные самоотчеты. Проективные методики. Психодиагностика спортивного коллектива. Критерии профессиональной пригодности в спорте. Система психологического отбора в спорте. Психология спортивного отбора. Практика психологического отбора в спорте. Психологические концепции возрастного развития человека. Периодизации пси-	6	

		хического развития. Психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте. Психическое развитие в младенческом возрасте. Раннее детство как сенситивный период развития телесности. Специфика развития в дошкольном и младшем школьном возрасте. Особенности и задачи развития подростков. Психическое развитие взрослых. Психология мужчин и женщин: половой и гендерный аспекты. Особенности мотивации, эмоционально-волевой регуляции и интеллектуальной деятельности мужчин и женщин. Гендерная специализация в спорте. **Практические/семинарские занятия** Семинар по теме «Методы исследования и оптимизация внутри группового общения в команде». Составление плана психологической подготовки спортсмена к соревнованию по А.Ц. Пуни . Психология мужчин и женщин: половой и гендерный аспекты.	4	

3.2. Темы занятий с применением интерактивных технологий

Тема занятия	Интерактивные формы проведения занятий
Развитие эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания	Лекция с использованием мультимедийного сопровождения
Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности	Лекция + дискуссия по ходу лекции
Основы психорегуляции	Практическое занятие: идеоматорная тренировка Снятие избыточного нервно-психического напряжения
Психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте	Дискуссия по ходу лекции

4. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СЛУШАТЕЛЕЙ

Самостоятельная работа организуется с целью формирования общекультурных компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации СР:

1. Аудиторная СР под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

2. Внеаудиторная СР под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

Виды СР обучающихся:

Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к семинарскому занятию на основе изучения научной и учебной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к практическому занятию.

Практическое занятие − это занятие, проводимое под руководством преподавателя на базе медицинского учреждения, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения.

Подготовка к промежуточному контролю по дисциплине.

Экзамен/Зачет является неотъемлемой частью учебного процесса и призван закрепить и упорядочить знания студента, полученные на занятиях и самостоятельно. Сдачи экзамена предшествует работа студента на лекционных, семинарских занятиях и самостоятельная работа по изучению предмета. Отсутствие студента на занятиях без уважительной причины и невыполнение заданий самостоятельной работы является основанием для недопущения студента к зачету. Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учётом примерных вопросов, содержащихся в программе. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованную учебную и научную литературу. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед экзаменом за счёт обращения не к литературе, а к своим записям. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Примеры оценочных средств для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.

Вопросы для зачета

1. Предмет и задачи психологии физической культуры.
2. Психология спорта. История становления, предмет, актуальные проблемы и задачи.
3. Психология личности спортсмена, мотивация, способности.
4. Общая характеристика спортивной деятельности.
5. Специальная психологическая подготовка спортсмена.
6. Общая психологическая подготовка.
7. Общие понятия о спортивной команде как малой социальной группе и коллективе.
8. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках.
9. Психологические аспекты управления спортивной командой. Стили руководства.
10. Развитие эмоционально-волевой сферы в процессе физического воспитания и спортивного совершенствования.
11. Роль и особенности развития познавательных процессов в занятиях физической культурой.
12. Психологические аспекты формирования двигательных навыков.
13. Специфические психологические особенности воспитательных задач на уроках физической культуры.
14. Психологические основы тактической подготовки.
15. Межличностные взаимоотношения в спорте.
16. Организация самовоспитания в целях эффективности занятий физической культурой.
17. Связь тактической подготовки спортсмена с развитием психических функций.
18. Психологические особенности технической подготовки.
19. Связь технической подготовки спортсмена с развитием психических процессов и функций.
20. Развитие психомоторных процессов в физическом воспитании.
21. Психологические основы общения в спорте.
22. Причины динамики предсоревновательного психического напряжения.
23. Методики психологической диагностики в спорте.
24. Психологическое обеспечение физической подготовки спортсменов.
25. Психологическая характеристика спорта как вида деятельности.
26. Этапы психологического отбора в спорте.
27. Содержание психологического обеспечения спортивной деятельности.
28. Общие психологические особенности тренировочного процесса.
29. Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в условиях соревнования.
30. Психологические условия результативности тренировочного процесса.
31. Психологические особенности спортивного соревнования.
32. Психологическая подготовка тренера.
33. Понятие о процессе обучения и спортивного совершенствования.
34. Методы психорегуляции.
35. Методы восстановления психической работоспособности.
36. Психологическое обеспечение физической подготовки.
37. Моделирование спортивной деятельности как метод организационной подготовки к соревнованиям.
38. Понятие оптимального боевого состояния спортсмена (ОБС).
39. Психическое развитие в младенчестве.
40. Психическое развитие в раннем детстве.
41. Психическое развитие дошкольника.
42. Психическое развитие младшего школьника.
43. Психическое развитие подростка.
44. Особенности спортивной деятельности мужчин и женщин.

6. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

Не предусмотрена

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1 Основная литература

1. Шишенко, Г.А. Психология физической культуры. Учебно-методическое пособие. / Шишенко Г.А. – ЕФ УралГУФК, 2014 год..
2. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для академического бакалавриата / А. Е. Ловягина [и др.] ; под ред. А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 531 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/book/psihologiya-fizicheskoy-kultury-i-sporta-433223 (дата обращения: 02.04.2019).
3. Родионов, В. А. Спортивная психология : учебник для академического бакалавриата / В. А. Родионов, А. В. Родионов, В. Г. Сивицкий ; под общ. ред. В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 367 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00285-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/book/sportivnaya-psihologiya-432777 (дата обращения: 02.04.2019).
4. Серова, Л. К. Психология личности спортсмена : учеб. пособие для академического бакалавриата / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 124 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-07335-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/book/psihologiya-lichnosti-sportsmena-438413 (дата обращения: 02.04.2019).

7.2 Дополнительная литература

1. Ильин, Е.П. Психология спорта/Е. П. Ильин. - СПб.: РГПУ, 2011.- 352с.
2. Психология физической культуры и спорта/под ред. А. В. Родионова.- М.: Академия, 2010.- 368с.
3. Романова Е.С.. Психодиагностика. Учебное пособие / Романова Е.С.. - М.: КНОРУС, 2015. – 336 с.
4. Немов Р.С.. Психология (для бакалавров). Учебник / Немов Р.С.. - М.: КНОРУС, 2015. – 720 с.
5. Волков Б.С.. Методология и методы психологического исследования (для бакалавров). Учебное пособие / Волков Б.С. , Волкова Н.В.. - М.: КНОРУС, 2014. – 344 с.
6. Кроль В.М.. Психофизиология (для бакалавров). Учебное пособие / Кроль В.М. , Виха М.В.. - М.: КНОРУС, 2013. – 512 с.
7. Оварова, Р.В. Технологии практического психолога образования: Учебное пособие для студентов вузов и практических работников. / Оварова Р.В. – М.: ТЦ Сфера при участии "Юрайт-М", 2001.
8. Петровский, А.В.. Психология: учебник для студентов высш. пед. уеб. заведений. – 2 издание; стереотип / Петровский А.В., Ярошевский М.Г. – М.: Издательский центр "Академия", 2001.
9. Талызина, Н.Ф. Практикум по педагогической психологии: учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. / Талызина Н.Ф. – М.: Издательский центр "Академия", 2001.
10. Талызина, Н.Ф. Педагогическая психология: учебник для студентов сред. пед. учеб. заведений. – 3-е изд., стереотип. / Талызина Н.Ф. – М.: Издательский центр "Академия", 2001.
11. Тартель, А.Л. Психология в вопросах и ответах. Учеб. пособие. / Тартель А.Л. – М.: ТК ВЕЛБИ, Изд-во Проспект, 2004.
12. Гогунов, Е.И. Психология физического воспитания и спорта/Е. И. Гогунов, Б. И. Мартьянов. – М.: Академия, 2004.- 288с
13. Родионов, А.В. Психология физического воспитания и спорта.- М.: Академический проект, 2004.- 576с.

14. Практикум по спортивной психологии /под ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002.- 288с.

7.3 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. Вестник МГУ: Сер.14 Психология http://www.psy.msu.ru/science/vestnik/
2. http://ito.edu.ru Информационные технологии в образовании.
3. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: http://fcior.edu.ru(link is external)
4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/
5. Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/
6. Электронно-библиотечная система «Юрайт» www.biblio-online.ru

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Мультимедийное сопровождение лекций в формате Power Point**.**
2. Учебно-методический комплекс.
3. Петр Врица. Нейро-лингвистическое программирование (Англия), Изменение убеждений, кассета 1, 2, 3. Видео-класс.
4. Институт групповой и семейной психологии. Видео-класс. Мэрлин Аткинсон (Канада). Описание личности и тестирование по методу Майера-Бриггс. Кассета № 2.
5. Видео Гурман. Тайны сновидений, 2 фильма: «Лики сновидений» и «Маски сна». Видеоправка-компания Rise Media, 1997 г.
6. **320 кабинет педагогики и психологии,** Екатеринбург, ул. Шаумяна. 85.

Парты – 21 шт., лавки – 12 шт., стулья – 18 шт., доска классная – 1 шт., шкаф книжный – 1 шт., стенд – 9 шт., стол письменный – 1 шт., тумба – 1 шт., проектор и экран – 1 шт., трибуна – 1 шт., ноутбук – 1 шт

Программное обеспечение

Microsoft Windows 10, Microsoft Office 2016, Power Point, Dr.Web Desktop Security Suite (комплексная защита), программа «Ведомости кафедры»

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

При изучении дисциплины «**Психология ФК и С**» необходимо усвоить теоретические и практические знания предмета, которые будут востребованы для эффективной работы преподавателю физической культуры, тренеру. Изучение психологии физической культуры дает психологические знания и умения организовать тренировочный процесс и процесс физического воспитания.

Изучение дисциплины «**Психология ФК и С**» позволяет тренеру обеспечить успешное выступление спортсменов на соревнованиях за счет знаний психологический закономерностей в поведении человека в разных ситуациях.

Исходя из этого необходимо систематическое изучение психологии физической культуры как важного предмета для работающих с людьми.

При изучении психологии физической культуры необходимо рассмотреть закономерности проявления, развития и формирования психики человека в специфических условиях физического воспитания и спорта, под влиянием учебной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.

Человек, сознательно овладевающий движениями своего тела, умениями целенаправленно перемещать его во времени и пространстве с помощью собственных усилий, с этой целью человек развивает физические качества, совершенствует психические процессы, состояния и качества личности, а как это делать правильно в условиях собственной жизнедеятельности, в условиях спортивной дея-

тельности, помогут знания психологии спортивной деятельности, психологии личности спортсмена и тренера, социально-психологические особенности спортивных групп, основы психорегуляции при изучении дисциплины психологии физической культуры.

При подготовке студенты делают конспекты изученных материалов, которые могут им пригодиться при выполнении текущего контроля. Занятия построены таким образом, что на каждом семинарском занятии будут предлагаться текущий контроль.

Возникшие проблемные вопросы студенты задают преподавателю во время семинарских (методических) занятий, на которые преподаватель дает понятный ответ.

Основным видом контроля выбраны письменные задания, при подготовке к которым студенты будут систематизировать свои знания и затем закреплять их на практике. Этому также способствуют деловые игры, тестовые задания, предусмотренные программой.

Пожелания к изучению отдельных тем курса

При изучении всех разделов данной дисциплины особое внимание следует обратить на изучение дополнительного материала самостоятельной работы студентов.

При изучении темы «Психологические аспекты обучения, воспитания и спортивного совершенствования» необходимо хорошо разобраться в психологических основах подготовки спортсмена в системе учебно-тренировочной деятельности. Обратить внимание на роль нравственной подготовки. Хорошо разобраться в психологической, физической, технической и тактической подготовке спортсменов.

При изучении темы «Общая характеристика личности человека» необходимо обратить внимание на вопросы: Роль морально-волевых черт характера в спортивной деятельности.

При изучении темы «Развитие психомоторных и познавательных способностей в процессе физического воспитания» необходимо уяснить роль представлений в управлении движениями. разобраться в моделировании спортивной деятельности как методе организационной подготовки к соревнованиям.

При изучении темы «Влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности» необходимо обратить внимание на характеристику психических состояний в спортивной деятельности и влияние спортивной деятельности на личность и коллектив.