

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

Институт педагогики и психологии

Кафедра психологии

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Института педагогики и психологии

М.В. Рудь

« 10 » 20 20 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

По направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки «Физкультурное образование»

Квалификация выпускника бакалавр

Форма обучения очная, заочная

Курс 1 ОФО (2 семестр), ЗФО (3 триместр)

Луганск, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура очной и заочной форм обучения.

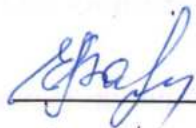
Основная профессиональная образовательная программа высшего образования разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями) и ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 № 940 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации «Об утверждении профессионального стандарта» от 18.10.2013 № 544н.

СОСТАВИТЕЛЬ:

кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии
ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический
университет» Шевченко Оксана Валентиновна

Утверждена на заседании кафедры психологии
«13» 02 2014 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой психологии

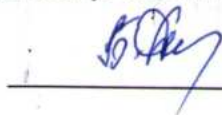


Е.И. Барышева

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии института
педагогики и психологии

Протокол от «15» 02 2014 г. № 7

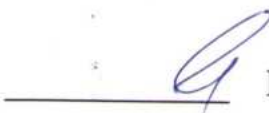
Председатель учебно-методической комиссии института педагогики и
психологии



Б.А. Дяченко

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования



В.В. Савенков

Структура и содержание учебной дисциплины

1. Цели и задачи учебной дисциплины

Цель изучения дисциплины «Психология физической культуры» – формирование представлений и системы знаний основных законов и закономерностей развития и функционирования психики в норме, современном состоянии развития научной психологии, ее основных категориях, принципах, необходимых для более глубокого понимания предмета психологии — психической реальности; сформировать представления студентов о специфике предмета психологии физической культуры в рамках современных культурно-исторических парадигм и деятельностного подхода, сформировать специальные знания, определяющие психологическое обеспечение профессиональной деятельности спортсмена, овладеть методами психорегуляции, спортивной психодиагностикой, вопросами психологии спортивного отбора.

Задачи дисциплины:

- формирование специальных знаний, определяющих психологическое обеспечение профессиональной деятельности спортсмена, специалиста по физической культуре;
- формирование умений, необходимых для практической реализации профессиональной деятельности специалиста по адаптивной физической культуре;
- развитие психомоторных и познавательных способностей, эмоционально-волевой сферы в процессе физвоспитания;
- изучение влияния спортивной деятельности на психическое состояние личности;
- овладение методами психорегуляции, спортивной психодиагностикой, вопросами психологии спортивного отбора.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Учебная дисциплина Психология физической культуры относится к базовому блоку учебного плана, индекс дисциплины Б1.О.04.01.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

знания современной концепции картины мира в её естественно-научном, обществоведческом и культуральном аспектах;

умения анализировать, классифицировать, обобщать научные факты и теоретические положения;

навыки использования системы категорий и методов, необходимых для решения типовых задач в различных областях профессиональной деятельности; навыки сравнительного анализа научных феноменов.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплин общенаучного цикла и служит основой как для освоения социально-гуманитарных, так и освоения профессиональных дисциплин.

Содержание дисциплины служит основой для дальнейшего освоения дисциплин основы управления персоналом, Кадровый менеджмент в системе государственного и муниципального управления.

УК-3;

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Универсальные:		
УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	<p>УК-3.1. Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения</p> <p>УК-3.2. Демонстрирует способность эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями</p>	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> – общие формы организации деятельности команды; – психологию межличностных отношений в группах разного возраста; – основы стратегического планирования работы команды для достижения поставленной цели. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – создавать в команде психологически безопасную доброжелательную среду; – учитывать в своей социальной и профессиональной деятельности интересы коллег; – предвидеть результаты (последствия) как личных, так и коллективных действий; – планировать командную работу, распределять поручения и делегировать полномочия членам команды; <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками постановки и достижения цели в условиях командой работы; – способами управления командной работой при решении поставленных задач; – навыками преодоления возникающих в коллективе разногласий, споров и

		конфликтов на основе учета всех сторон.
--	--	---

4. Структура и содержание учебной дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов / зач. ед.
	Очная форма
Общая учебная нагрузка	144 (4 з.е)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего часов), в том числе:	36
Лекции	16
Семинарские занятия	32
Практические занятия	-
Лабораторные работы	-
Контрольные работы	-
Курсовая работа / курсовой проект	-
Другие формы организации учебного процесса	
Самостоятельная работа студента (всего часов)	69
Форма аттестации	Экзамен (27)

4.2. Содержание разделов дисциплины

Содержательный модуль 1. Психология деятельности спортсмена

Тема 1. Эмоционально-волевая сфера спортсменов. Интеллектуальная сфера спортсмена. Особенности и этапы спортивной деятельности: предстартового этапа, этапа исполнения деятельности, этап оценки и анализа результатов деятельности. Управление мотивацией спортсменов. Эмоции, чувства, воля, интеллект, мышление спортсменов; их роль в спортивной деятельности.

Тема 2. Психология тренировочного процесса. Психологические основы эффективности тренировочного процесса. Психологические вопросы формирования умений (навыков). Спортивная форма как проявление высшей готовности к соревнованию.

Тема 3. Личность и её формирование в процессе занятий спортом.

Личность как субъект и объект общественных отношений в спорте. Влияние общественного внимания на развитие личности спортсмена. Спортивная этика.

Тема 4. Психология спортивной карьеры. Этапы и особенности СК; кризисы, цена СК. Особенности спортивной карьеры (СК) у мужчин и у женщин.

Содержательный модуль 2. Психология спортивных команд.

Тема 1. Психология спортивных команд. Признаки малой группы. Структура спортивной команды, социально-психологические аспекты комплектования спортивных команд.

Тема 2. Психология конфликтов в спортивных коллективах. Фазы развития конфликта. Типы конфликтных личностей. Типы поведения в конфликте. Управление конфликтами. Типы отношения тренеров к конфликтам.

Содержательный модуль 3. Психология деятельности тренеров и спортивных судей.

Тема 1. Психология деятельности тренеров и спортивных судей. Функции тренеров. Авторитет и псевдоавторитет тренера. Типы (стили) руководство тренеров. Психологическая характеристика успешных и неуспешных тренеров.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Психология деятельности спортсмена. Психология спортивной карьеры.		1
2	Психология спортивных команд. Психология деятельности тренеров и спортивных судей.		1
Итого:			4

4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Эмоционально-волевая сфера спортсменов. Интеллектуальная сфера спортсмена. Личность спортсмена.		1
2	Психология тренировочного процесса. Психология спортивной карьеры.		1
3	Личность и её формирование в процессе занятий спортом.		1
4	Психология спортивных команд. Психология конфликтов в спортивных коллективах.		1
5	Психология деятельности тренеров и спортивных судей.		1
6	Методы психорегуляции в спорте.		1

Итого:		8
---------------	--	----------

4.5. Лабораторные работы – не предусмотрены

4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
1	Эмоционально-волевая сфера спортсменов.	Привести примеры влияния эмоционально-волевой сферы личности на результат спортивной карьеры на примере выдающихся спортсменов		8
2	Интеллектуальная сфера спортсмена.	Проработать тему, предоставить конспекты		8
3	Психология тренировочного процесса.	Конспекты дополнительной литературы (3 источн.)		8
4	Психология спортивной карьеры.	Продумать и написать цели на год, на 10 лет		8
5	Психология спортивных команд.	Провести социометрию в команде		8
6	Личность и её формирование в процессе занятий спортом.	Составление психологической карты спортсмена		8
7	Психология деятельности тренеров и спортивных судей.	Анализ психологических особенностей тренеров по литературным произведениям и кинофильмам		8
8	Методы психорегуляции в спорте.	Разработать программу психорегуляции перед стартом		8
Итого:				64

4.7. Курсовые работы. Не предусмотрены.

5. Методическое обеспечение, образовательные технологии

С целью формирования и развития профессиональных навыков, обучающихся используются инновационные образовательные технологии при реализации различных видов аудиторной работы в сочетании с внеаудиторной. Используемые образовательные технологии и методы направлены на повышение качества подготовки путем развития у обучающихся способностей к самообразованию и нацелены на активацию и реализацию личностного потенциала.

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

Информационные технологии: видеозаписи психологических консультаций известных консультантов; учебные материалы на электронных носителях; использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект, размещенный во внутренней сети или т.п.) при подготовке к лекциям, практическим и лабораторным занятиям.

Работа в команде: совместная работа студентов в группе на практических занятиях; моделирование условий психологической консультации; ролевые игры по отработке консультативных методов в работе с детьми и подростками и их родителями.

6. Формы контроля освоения дисциплины.

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем, ведущим практические занятия по дисциплине в следующих формах:

- тестирование;
- письменные задания;
- контрольные работы;
- анализ психологических ситуаций

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме письменного экзамена (включает в себя ответ на теоретические вопросы и решение задач) либо в сочетании различных форм (компьютерного тестирования, решения задач и пр.).

Система оценивания учебных достижений студентов очной формы обучения

Вид текущей учебной работы	Количество баллов
1 семестр	
Контрольная работа	25 бал.
Изучение дополнительной литературы	15 бал.
Решение задач	10 бал.
Выполнение конспект-схем	25 бал.

Моделирование психологических ситуаций консультирования	25 бал.
Итого :	100 баллов

Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале

4-х балл. система оценивания экзамена	100 - балльная шкала	Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале	Система оценивания зачета
Отлично	90 - 100	А - ОТЛИЧНО – теоретическое и практическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному	ЗАЧТЕНО
Хорошо	83 - 89	В - ОЧЕНЬ ХОРОШО – теоретическое и практическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному	
Хорошо	75 - 82	С - ХОРОШО – теоретическое и практическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками	
Удовлетворительно	63 - 74	Д - УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО – теоретическое и практическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержит ошибки	
Удовлетворительно	50 - 62	Е - ПОСРЕДСТВЕННО – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному	НЕ
	21 - 49	FX - НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО – теоретическое	

Неудовлетворительно		содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно повышение качества выполнения учебных заданий	ЗАЧТЕНО
Неудовлетворительно	0 – 20	Ф - НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО - теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий	

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

а) основная учебная литература:

1. Ильин Е.П. Психология спорта[текст]/ Е. П. Ильин. –СПб.: Питер, 2010.– 352 с.- (Серия «Мастера психологии»).
2. Гогонов Е. Н., Мартыанов Б. И. Психология физического воспитания и спорта.-М.: АКАДЕМИЯ, 2000.- 358 с.
3. Ильин Е.П. Психомоторная организация человека.- СПб.: Питер, 2003.
4. Ильин Е.П. Психология воли.- СПб.: Питер, 2000.- 288 с.- (Серия «Мастера психологии»)
5. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. –СПб.: Питер, 200.-512 с.(Серия «Мастера 19 психологии»)

б) дополнительная учебная литература:

1. Стамбулова Н. Б. Психология спортивной карьеры.- СПб.: Питер, 1998.- 620 с.
2. Практикум спортивной психологии/ под ред. И. П. Волкова.- СПб.: Питер, 2002.-288 с.
3. Сафронов В. К. Агрессия в спорте. СПб.: СПбГУ, 2003.
4. Сухих А.В. Психология спорта: Учебн. пособие.- Кемерово, 2002.
5. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов: Хрестоматия.- СПб.: Питер, 2002.
6. Марищук В. Л., Блудов Ю. М. Методики психодиагностики в спорте. М.: Просвещение, 1982.
7. Николаев А. Н. Психология тренера в детско-юношеском спорте.-СПб.: Питер, 2005.
8. Сухих А.В. Психология физической культуры: учебн. пособие.-Кемерово, 2001.

9. Сухих А. В. Интенсификация и оптимизация спортивной деятельности: Учебн. пособие.- Кемерово, 2002.

10. Попов А. Л. Психология спорта: Учебн. пособие [текст]/А. Л. Попова.-М., 2002.- 240 с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»(далее -сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины

1.<http://www.sportpsy.ru/>

2.<http://www.psypsports.ru/>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины могут быть использованы мультимедийные средства; наборы слайдов или кинофильмов; демонстрационные приборы;

Лекционные занятия: аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук);

Практические занятия: пакеты заданий тестовых материалов, тексты психологических задач; раздаточный материал

Прочее: рабочее место преподавателя, рабочие места студентов

9. Лист дополнений и изменений к рабочей программе

№ /п	Дата внесения изменения / дополнения	Основание	Содержание изменения / дополнения	Лица, подтверждающие изменение/дополн.	
				Зав.ка ф.	директор