МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Утверждаю:
Директор института психологии,
педагогики и социальной работы

Л.А. Байкова
«30» августа 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ПСИХОЛОГИЯ СПОРТА»

Уровень основной профессиональной образовательной программы: **бакалавриат**
Направление подготовки: **44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) подготовки: **психология образования**

Форма обучения: за**очная**
Сроки освоения ОПОП: **4 года 6 месяцев (нормативный)**

Факультет (институт): **Институт психологии, педагогики и социальной работы**

Кафедра общей психологии

Рязань, 2018

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения учебной дисциплины «Психология спорта» является формирование комплекса компетенций для развития представлений студентов о возможностях психологического обеспечения и сопровождения спортивной деятельности, возможностях индивидуального консультирования спортсменов разного уровня (групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп, спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства).

1. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

2.1 Учебная дисциплина **«Психология спорта»** реализуется в рамках вариативной части Блока Б1. – дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.12.1

2.2. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

«Анатомия и возрастная физиология»,

«Практикум по общей и экспериментальной психологии»,

«Психологический практикум»,

«Общая и экспериментальная психология»,

«Психология развития»,

«Психолого-педагогическая диагностика»,

«Психология дошкольного возраста. Психология детей младшего школьного возраста».

2.3. Перечень последующих учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной:

«Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся»;

«Психолого-педагогическое взаимодействие участников образовательного процесса»;

«Психология семьи и семейного консультирования»;

«Коррекционно-развивающая работа с дошкольниками и младшими школьниками»;

«Психологическое сопровождение школьников»

«Психология одаренности»;

«Психологическое консультирование (с практикумом)»;

«Психологическая коррекция и реабилитация»;

«Основы арт-терапии»;

«Психология детско-родительских отношений»;

«Психология безопасности образовательной среды»,

«Психологическое сопровождение одарённых детей»;

«Психологическое сопровождение детей в трудной жизненной ситуации»

2.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающих профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны:		
			Знать	Уметь	Владеть
1	2	3	4	5	6
	ПК-24	способностью к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий;	основные методы анализа результатов исследования: анализ, синтез, типологизация, классификация, генетический метод.	критически относиться к результатам собственной профессиональной деятельности, выбирать способы, приёмы, методы интерпретации полученных результатов	навыками интерпретации различного рода данных (анамнестических, феноменологических, психометрических), и результатов исследований
	ПК-28	способностью формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности	- описывать особенности профилактики отклоняющегося поведения субъектов в системе спорта; - описывать систему организации психологической службы в области адаптивной физкультуры и параолимпийского движения; - описывать систему предстартовой подготовки спортсмена; -описывать систему	- применять имеющиеся методы профилактики отклоняющегося поведения субъектов в системе спорта; - разрабатывать индивидуальные траектории для психологического сопровождения и развития субъектов спортивной деятельности с ОВЗ; - осуществлять базовые процедуры психологической предстартовой подготовки спортсмена;	- составлять программы профилактики отклоняющегося поведения субъектов в системе спорта; - организовывать образовательную и психологическую среду для развития спортивного потенциала людей с ОВЗ; - разрабатывать индивидуальные программы по предстартовой подготовке спортсменов; - оценить возможности развития психологического сопровождения детско-юношеского спорта и массового спортивного движения

			организации психологической службы детско-юношеского спорта и систему организации психологического сопровождения массового спортивного движения	- анализировать имеющуюся систему организации психологической службы детско-юношеского спорта и систему психологического сопровождения массового спортивного движения	

2.5 КАРТА КОМПЕТЕНЦИЙ ДИСЦИПЛИНЫ					
НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ: «Психология спорта»					
Цель дисциплины	Целями освоения учебной дисциплины «Психология спорта» являются формирование представлений студентов о возможностях психологического обеспечения и сопровождения спортивной деятельности, возможностях индивидуального консультирования спортсменов разного уровня (групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп, спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства).				
В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие					
Профессиональные компетенции:					
КОМПЕТЕНЦИИ		**Перечень компонентов**	**Технологии формирования**	**Форма оценочного средства**	**Уровни освоения компетенции**
ИНДЕКС	**ФОРМУЛИРОВКА**				
-	-	-	-	-	-
ПК-24	способностью к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий;	Знать: -основные методы анализа результатов исследования: анализ, синтез, типологизация, классификация, генетический метод. Уметь: -критически относиться к	- лекции и практические занятия; - изучение и конспектирование основной и дополнительной	отчёт по эл. презентации; защита реферата; индивидуальный отчёт по работе с монографией; индивидуальный отчёт по видеоматериалам;	**ПОРОГОВЫЙ:** -назвать основные методы анализа результатов исследования: анализ, синтез, типологизация, классификация, генетический метод; -применять имеющиеся знания в профессиональной деятельности; -сформулировать результаты

		результатам собственной профессиональной деятельности, выбирать способы, приёмы, методы интерпретации полученных результатов Владеть: навыками интерпретации различного рода данных (анамнестических, феноменологических, психометрических), и результатов исследований	литературы; - разбор практических ситуаций («case studies»)	собеседование по статье; защита проектов; контроль конспектов к ПЗ зачёт	своих профессиональных действий **ПОВЫШЕННЫЙ:** - описывать и объяснять методы физического воспитания и укрепления социального здоровья; - применять полученные знания в профессиональной деятельности, подвергая их (при необходимости) критике и анализу; - проводить научную рефлексию способов и результатов своих профессиональных действий
ПК-28	способностью формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности	Знать: - описывать особенности профилактики отклоняющегося поведения субъектов в системе спорта; - описывать систему организации психологической службы в области адаптивной физкультуры и параолимпийского движения; - описывать систему предстартовой подготовки спортсмена; -описывать систему организации психологической службы детско-юношеского спорта	- лекции и практические занятия; - изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы; - разбор практических ситуаций («case studies»)	отчёт по эл. презентации; защита реферата; индивидуальный отчёт по работе с монографией; индивидуальный отчёт по видеоматериалам; собеседование по статье; защита проектов; контроль конспектов к ПЗ зачёт	**ПОРОГОВЫЙ:** - фиксировать особенности профилактики отклоняющегося поведения субъектов в системе спорта; - описывать систему организации психологической службы в области адаптивной физкультуры и параолимпийского движения; - описывать систему предстартовой подготовки спортсмена; -описывать систему организации психологической службы детско-юношеского спорта и систему организации психологического сопровождения массового спортивного движения -применять имеющиеся знания в профессиональной деятельности;

		и систему организации психологического сопровождения массового спортивного движения Уметь: - применять имеющиеся методы профилактики отклоняющегося поведения субъектов в системе спорта; - разрабатывать индивидуальные траектории для психологического сопровождения и развития субъектов спортивной деятельности с ОВЗ; - осуществлять базовые процедуры психологической предстартовой подготовки спортсмена; - анализировать имеющуюся систему организации психологической службы детско-юношеского спорта и систему психологического сопровождения массового спортивного движения Владеть навыками: - составлять программы			-сформулировать результаты своих профессиональных действий **ПОВЫШЕННЫЙ:** - описывать и объяснять особенности профилактики отклоняющегося поведения субъектов в системе спорта; - систему организации психологической службы в области адаптивной физкультуры и параолимпийского движения; - систему предстартовой подготовки спортсмена; -систему организации психологической службы детско-юношеского спорта и систему организации психологического сопровождения массового спортивного движения - применять полученные знания в профессиональной деятельности, подвергая их (при необходимости) критике и анализу; - проводить научную рефлексию способов и результатов своих профессиональных действий

		профилактики отклоняющегося поведения субъектов в системе спорта; - организовывать образовательную и психологическую среду для развития спортивного потенциала людей с ОВЗ; - разрабатывать индивидуальные программы по предстартовой подготовке спортсменов; - оценить возможности развития психологического сопровождения детско-юношеского спорта и массового спортивного движения			

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы		Всего часов	4 курс			
			1	2	3	Зимняя сессия
						Часов
1		2	3	4	5	6
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)		**10**				**10**
В том числе:						
Лекции (Л)		**4**				**4**
Практические занятия (ПЗ), Семинары (С)		**6**				**6**
Лабораторные работы (ЛР)		**-**				**-**
Самостоятельная работа студента (всего)		**58**				**58**
В том числе		**-**				**-**
СРС в семестре:						
Курсовая работа	КП			-		
	КР					
Другие виды СРС:		**-**				**-**
Написание конспектов к семинарским занятиям		**30**				**30**
Работа по монографии		**8**				**8**
Создание материалов на электронных носителях (презентаций)		**6**				**6**
Подготовка реферата		**4**				**4**
Самостоятельная работа по видеоматериалам		**2**				**2**
Реферирование научной статьи		**2**				**2**
Разработка проекта в микро группах и его реализация		**6**				**6**
СРС в период сессии (подготовка к зачёту)		**4**				**4**
Вид промежуточной аттестации	зачет (З),	**(3)**				**(3)**
	экзамен (Э)					
ИТОГО: Общая трудоемкость	**часов**	**72**				**72**
	зач. ед.	**2**				**2**

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Содержание разделов учебной дисциплины

№ курса	№ раздела	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
4	1	Психические	1. Психология познавательных процессов в спорте. Ощущение. Восприятие. Внимание.

		процессы, состояния и свойства в спорте	Память. Воображение. Мышление. Речь. 2. Психология личности и регулятивных процессов. Темперамент. Характер. Задатки. Способности. Эмоции. Способности. Мотивация.. Воля. 3. Психология спортивной деятельности. Структура спортивной деятельности. Психологическая характеристика физических качеств. Психологические особенности двигательных навыков. Реакция в спорте. Предсоревновательные психические состояния.
	2	Психология субъектов спортивной деятельности	4.Основы психического развития учащихся спортивной школы. Общие закономерности развития человека. Возраст. Движущие силы развития. Социальная ситуация развития. Кризисы возрастного развития. Шестилетние дети. Становление самооценки в шестилетнем возрасте. Осознание себя шестилетними детьми. Становление мотивационной сферы. Готовность ребёнка к обучению в школе (интеллектуальная, личностная, социально-психологическая, волевая готовность). Внутренняя позиция. Уровни саморегуляции дошкольника. Фазы кризиса 6-7-летнего возраста. Младшие школьники. Самооценка младших школьников. Мотивация. Волевая регуляция. Межличностные оношения и общение младших школьников. Подростки. Психологические особенности подростка. «Подростковый комплекс». Реакция эмансипации. Современный подросток. Стадии подросткового возраста. Чувство взрослости подростка. Ценностные ориентации подростков. Подростковый кризис. Школьная дезадаптация в подростковом возрасте. Формы негативного отношения подростков к взрослым. Межличностные отношения и общение. Юношеский возраст. Закономерности развития в юношеском возрасте. Профессиональное и личностное самоопределение в юношеском возрасте. 5.Психолого-акмеологические основы совершенствования профессионализма тренерско-преподавательского состава. Профессионально-педагогическая деятельность специалиста по физической культуре и спорту, структура профессионально-педагогического мастерства. Современные теории обучения и воспитания и их использование в практической деятельности. Коммуникативная компетентность специалиста. Особенности профессионального общения. Педагогическая техника и технология педагогического общения. Технология воспитывающей деятельности. Педагогическая диагностика. 6. Социально-психологический аспект спортивной деятельности. Лидерство в спорте.Характеристика лидерства. Лидерство и ролевые функции в команде. Восприятие спортменами тренера как лидера. Рекомендации тренерам. Эффект зрительского присутствия. Влияние зрителей на выполнение двигательных задач. Возраст и влияние. Подготовка спортсменов к встрече со зрителями. Межличностные отношения в спортивной группе. Конфликты. Типы и способы их разрешения.
	3	Психологическое обеспечение и	7. Психологическая служба в спорте. I. Психологическая служба детско-юношеского спорта (в области спорта в муниципальных и областных

		сопровождение спортивной деятельности	специализированных (спортивных) учреждениях дополнительного образования): первичное звено службы - психологи на местах (в СДЮСШ и СДЮСШОР), вторичное звено – координационный центр, курирующий работу психологов на местах (аттестация, обучения, школа молодого специалиста, консультации специалистов психологичной службы и т.д.). Цель психологической службы детско-юношеского спорта – психологическое сопровождение субъектов образовательного пространства спортивных школ (психологическое просвещение, профилактика, диагностика, консультирование, проведение программ повышения квалификации тренеров, завучей, директоров, психологов, аттестация и лицензирование деятельности психологов, создание методических рекомендаций и т.д.). II.Организация психологического сопровождения и обеспечения спортсменов высшего спортивного мастерства. Психологическое обеспечение могут оказывать в этом случае сотрудники научно-исследовательской лаборатории психологии спорта и практической психологии или психологи учреждений дополнительного образования, а также сотрудники факультета физической культуры и спорта. Содержание психологического сопровождения и обеспечения спортсменов высшего спортивного мастерства: анализ теоретико-методологических основ психологии спорта высших достижений и их учёт при разработке индивидуальных программ сопровождения спортсмена; сопровождение (в индивидуальном порядке) спортсмена и тренера на этапах тренировочного и соревновательного процесса: оценка текущего уровня психологической подготовленности (базовая психодиагностика), разработка индивидуальной программы воздействий (программирование психологической подготовки), организация обратной связи о состоянии спортсмена (мониторинг и оперативная диагностика), применение при необходимости дополнительных мероприятий (коррекция), создание адекватного психического состояния (настройка); управление психическим состоянием спортсмена в соревнованиях (секундирование), компенсация негативных последствий (восстановление). Деятельность психолога в рамках спорта высших достижений направлена на сбережение психологического здоровья субъектов спортивной деятельности и помощь в достижении стабильно высоких показателей в процессе соревновательной деятельности. III.Организация психологической службы в области рекреационной физкультуры. Сопровождение деятельности параолимпийского движения. IV.Психологическое сопровождение массового спортивного движения (психологи фитнес-центров). 8. Обеспечение психологической безопасности образовательной среды спортивной школы как приоритетное направление деятельности психологической службы. Понятие психологической безопасности. Диагностика психологической безопасности. Создание психологической безопасности образовательной среды. Рекомендации по преодолению кризисных ситуаций в образовательной среде. Психолого-педагогические основы преодоления отклоняющегося поведения. Проявления девиантного поведения как одного из видов отклоняющегося, профилактика отклонений от нормы. Суициды как крайняя форма отклоняющегося поведения. Профилактика эмоциональных нарушений и сохранение психического

			здоровья педагогов в образовательной среде.

2.2. Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ курса	№ раздела	Наименование раздела учебной дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости
			Л	ЛР	ПЗ/С	СРС	всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
4	**1**	**Психические процессы состояния и свойства в спорте**	**3**		**2**	**20**	**25**	
	1.1	Психология познавательных процессов	1		-	-	1	контроль конспектов к ПЗ
	1.2	Психология личности и регулятивных процессов.	1		1	11	13	отчёт по презентации, созданной в электронном виде;
	1.3	Психология спортивной деятельности	1		1	9	11	защита реферата
	2	**Психология субъектов спортивной деятельности**	**1**		**2**	**20**	**23**	
	2.1	Основы психического развития учащихся	1		-	-	1	контроль конспектов к ПЗ
	2.2	Психолого-акмеологические основы совершенствования профессионализма тренерско-преподавательского состава.	-		1	13	14	индивидуальный отчёт по работе с монографией;

	2.3	Социально-психологический аспект спортивной деятельности.	-		1	7	8	собеседование по статье;
	3	**Психологическое обеспечение и сопровождение спортивной деятельности.**	**-**		**2**	**18**	**20**	
	3.1	Психологическая служба в спорте	-		1	11	12	индивидуальный отчёт по видеоматериалам, отчёт по теорет. части проекта
	3.2	Обеспечение психологической безопасности образовательной среды спортивной школы как приоритетное направление деятельности психологической службы	-		1	7	8	защита проектов;
		ИТОГО	**4**		**6**	58	68	
		Подготовка к зачёту					4	Зачёт
		ИТОГО на курс					72	Зачёт

2.3. Лабораторный практикум – не предусмотрен

2.4. Курсовая работа не предусмотрена

3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

3.1. Виды СРС

№ курса	№ раздела	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды СРС	Всего часов
1	2	3	4	5
4	1	**Психические процессы состояния и свойства в спорте**		**20**
4	1.1	Психология познавательных процессов	-	-
4	1.2	Психология личности и регулятивных процессов.	написание конспектов к ПЗ; подготовка презентации, созданной в электронном виде	5 6
4	1.3	Психология спортивной деятельности	написание конспектов к ПЗ; подготовка реферата	5 4
4	2	**Психология субъектов спортивной деятельности**		**20**
4	2.1	Основы психического развития учащихся	-	-
4	2.2	Психолого-акмеологические основы совершенствования профессионализма тренерско-преподавательского состава.	написание конспектов к ПЗ; изучение монографии; подготовка к	5 4 4

			отчёту по монографии	
4	2.3	Социально-психологический аспект спортивной деятельности.	написание конспектов к ПЗ; анализ статьи;	5 2
4	3	**Психологическое обеспечение и сопровождение спортивной деятельности.**		**18**
4	3.1	Психологическая служба в спорте	написание конспектов к ПЗ; просмотр видеоматериалов, подготовка индивидуального отчёта по видеоматериалам; подготовка теоретической части проектов	5 2 2 2
4	3.2	Обеспечение психологической безопасности образовательной среды спортивной школы как приоритетное направление деятельности психологической службы	написание конспектов к ПЗ; написание практической части проекта, подготовка к защите проектов;	5 2
		ИТОГО в семестре		**58**

3.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Контрольные работы/рефераты: примерная тематика

1. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе.
2. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность спортсмена в деятельности.
3. Особенности тактического мышления спортсмена.
4. Психологические особенности личности тренера.

5. Факторы, влияющие на формирование личности спортсмена.
6. Социально-психологические особенности спортивной группы.
7. Лидерство в спортивной группе.
8. Социально-психологический климат в спортивной группе.
9. Психологические основы диагностики в спорте.
10. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований.
11. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
12. Методы изучения структурных компонентов личности спортсменов.
13. Исследование личности спортсмена в системе общественных отношений.
14. Психологические основы общения в спорте.
15. Особенности социализации личности в спорте.
16. Особенности проявления агрессии спортсмена в соревновательной деятельности.
17. Самооценка как фактор, влияющий на результативность спортсмена.
18. Влияние социальной фасилитации на результативность в спорте.
19. Социальное подкрепление как фактор, влияющий на двигательное поведение спортсмена.
20. Мотив как средство стимуляции спортсмена.
21. Тревожность и результативность спортсмена в спорте.
22. Влияние зрителей на выполнение двигательных задач спортсменом.
23. Уровень притязаний и потребности достижений в группе спортсменов.
24. Волевые усилия спортсменов в спорте.
25. Психодиагностика групповой сплоченности в спортивных командах.
26. Особенности проявления темперамента личности в спорте.
27. Причины возникновения конфликтов в спортивных коллективах.
28. Межнациональная толерантность в спорте.
29. Психологические особенности юношеского спорта.
30. Физическое напряжение и психическое здоровье спортсмена.
31. Влияние социально-психологических факторов на деятельность спортивной группы.
32. Классификация методов и техник психического воздействия на спортсмена.
33. Теория и практика психологического консультирования спортсмена.
34. Преодоление соревновательного стресса.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (*см. Фонд оценочных средств*).

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по учебной дисциплине

Рейтинговая система не используется.

5.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1.	Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта : учебное пособие / Г.Д. Горбунов. - 4-е изд., испр. и доп. - Москва : Советский спорт, 2012. - 312 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210420 (07.08.2018).	1-3	4	ЭБС	-
2.	Родионов, В. А. Спортивная психология [Электронный ресурс] : 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 : Юрайт, 2017. — 367 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — Режим доступа: https://biblio-online.ru/book/6E7DA57C-417A-4765-9CB9-996C68F798A3 (дата обращения: 07.08.2018).	1-3	4	ЭБС	-

5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	Семестр	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1.	Гиссен, Л. Д. Психология и психогигиена в спорте [Электронный ресурс] / Л. Д. Гиссен. - 2-е изд., стереот. - Москва : Советский спорт, 2010. - 159 с. - (Атланты спортивной науки). Режим доступа: **https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=210374&sr=1**	1-3	4	ЭБС	-

	(дата обращения: 07.08.2018)				
2.	Ермаков, В. А. Психология в индустрии спорта [Электронный ресурс] : хрестоматия / В.А. Ермаков. - Москва : Евразийский открытый институт, 2011. - 615 с. – Режим доступа: **https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=90535&sr=1** (дата обращения: 07.08.2018)	1-3	4	ЭБС	-
3.	Загайнов, Р. М. Психология современного спорта высших достижений [Электронный ресурс] / Р. М. Загайнов. - Москва : Советский спорт, 2012. - 292 с. – Режим доступа: **https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=210522&sr=1** (дата обращения: 07.08.2018)	1-3	4	ЭБС	-
4.	Загайнов, Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления [Электронный ресурс] / Р. М. Загайнов. - Москва: Советский спорт, 2010. - 232 с. – Режим доступа: **: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210520** (20. 08.2018).	1-3	4	ЭБС	-
5.	Ильина Н. Л. Психология тренера: учебное пособие - Санкт-Петербург: Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 109 с. – Режим доступа : http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457948 (08.08.2018) .	1-3	4	ЭБС	-
6.	Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для академического бакалавриата/ под науч. ред. И. В. Еркомайшвили. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 105	1-3	4	ЭБС	-

	с. — (Серия : Университеты России). —Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/AD5CCEC5-5CCC-4FDF-B1E4-D2A6564F9963 . (дата обращения: 07.08.2018)				
7.	Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 147 с. — (Серия : Университеты России). — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/D46760A5-CBAD-45BB-835E-BD0164C32043. (дата обращения: 07.08.2018)	1-3	4	ЭБС	-
8	Смоленцева, В. Н. О психотехниках, психических состояниях и их регуляции в спорте [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В. Н. Смоленцева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - 2-е изд., доп. - Омск : Издательство СибГУФК, 2012. – 144 с. – Режим доступа: **https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=274894&sr=1** (дата обращения: 07.08.2018)	1-3	4	ЭБС	-
9.	Яковлев, Б. В. Основы спортивной психологии [Электронный ресурс] : учебное пособие / Б. В. Яковлев. - Москва : Советский спорт, 2010. - 208 с. – Режим доступа: **https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=57374&sr=1** (дата обращения: 07.08.2018)	1-3	4	ЭБС	-

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. East View [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. – Режим доступа: https://dlib.eastview.com (дата обращения: 02.06.2018).

2. Moodle [Электронный ресурс] : среда дистанционного обучения / Ряз. гос. ун-т. – Рязань, [Б.г.]. – Доступ, после регистрации из сети РГУ имени С. А. Есенина, из любой точки, имеющей доступ к Интернету. – Режим доступа: http://e-learn2.rsu. edu.ru/moodle2 (дата обращения: 15.06.2018).

3. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: http://znanium.com (дата обращения: 15.06.2018).

4. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: http://dspace.rsu.edu.ru/ xmlui/handle/123456789/3 (дата обращения: 15.06.2018).

5. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red (дата обращения: 22.06.2018).

6. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. – Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 - . – Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. – Режим доступа: http://diss.rsl.ru (дата обращения: 07.07.2018).

7. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Доступ к полным текстам по паролю. – Режим доступа: https://www.biblio-online.ru (дата обращения: 20.06.2018).

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

1.Портал психологических изданий [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: http://psyjournals.ru , свободный (дата обращения: 07.06.2018).

2. Психологический навигатор [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: http://www.psynavigator.ru/, свободный (дата обращения: 07.06.2018).

3. Психология на русском языке [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: http://www.psychology.ru/ , свободный (дата обращения: 07.06.2018).

4. Журнал «Вопросы психологии» [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: http://www.voppsy.ru/ , свободный (дата обращения: 07.06.2018).

5. Портал академическая психология-практике [Электронный ресурс] :

психологический портал. – Режим доступа: http://portal-psychology.ru/ , свободный (дата обращения: 07.06.2018)

6. Московский психологический журнал [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: http://magazine.mospsy.ru/ , свободный (дата обращения: 07.06.2018).

7. Сибирский психологический журнал [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: http://journals.tsu.ru/psychology/ , свободный (дата обращения: 07.06.2018).

8. Психологический центр "ПсиХРОН" [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: http:// www.psytest.ru , свободный (дата обращения: 07.06.2018).

9. А. Я. Психология: описания психологических тестов, тестирование он-лайн, тренинги, упражнения, статьи, советы психологов [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: http://azps.ru , свободный (дата обращения: 07.06.2018).

10. Электронный журнал «Психологическая наука и образование» [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: http://www.psyedu.ru , свободный (дата обращения: 07.06.2018).

11. Книги и статьи по психологии [Электронный ресурс] : психологический портал. – Режим доступа: http://litpsy.ru , свободный (дата обращения: 07.06.2018).

12. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. – Режим доступа: http://window.edu.ru, свободный (дата обращения: 07.06.2018).

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций: видеопроектор, экран настенный, ноутбук. Два компьютерных класса.

6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся: видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерном классе должны быть установлены средства MS Office : Word, Excel, PowerPoint, программа «Психометрик эксперт».

7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ (для ФГОС ВПО)

8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в

	материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям (перечисление понятий) и др.
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.), прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решений задач по алгоритму
Индивидуальные задания (например реферирование статьи)	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
разбор практических ситуаций («case studies»)	форма учебной работы, предполагающая анализ ситуаций, которые часто имеют место в практической деятельности психолога
Отчёт по монографии	Работа с монографией, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Защита проекта с написанием статьи	Подготовка мультимедийной презентации по защити проекта, которые учащиеся пишут в течение всего периода обучения по данной дисциплине. По проекту предполагается написание статьи.
Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы	В процессе подготовки к семинарским занятиям, студентам необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной учебно-методической (а также научной и популярной) литературы. Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме. Более глубокому раскрытию вопросов способствует знакомство с дополнительной литературой по каждой теме семинарского или практического занятия, что позволяет студентам проявить свою индивидуальность в рамках выступления на данных занятиях, выявить широкий спектр мнений по изучаемой проблеме.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

1. Использование слайд-презентаций при проведении лекционных и практических занятий.
2. Использование дистанционных технологий обучения (система Moodle).
3. Проверка домашних заданий посредством электронной почты.
4. Применение средств мультимедиа в образовательном процессе (просмотр видеоматериалов).

10. Требования к программному обеспечению учебного процесса

Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение, информационно-справочные системы)

Название ПО	№ лицензии
Антивирус Kaspersky Endpoint Security	(договор №14/03/2018-0142от 30/03/2018г.);
Офисное приложение Libre Office	(свободно распространяемое ПО);
Архиватор 7-zip	(свободно распространяемое ПО);
Браузер изображений Fast Stone ImageViewer	(свободно распространяемое ПО);
PDF ридер Foxit Reader	(свободно распространяемое ПО);
Медиа проигрыватель VLC mediaplayer	(свободно распространяемое ПО);
Запись дисков Image Burn	(свободно распространяемое ПО);
DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in	(свободно распространяемое ПО)

11. Иные сведения

Приложение 1

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине для промежуточного контроля успеваемости

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции (или её части)	Наименование оценочного средства
1.	Психические процессы, состояния и свойства в спорте	ПК-24,ПК-28	Зачет
2.	Психология субъектов спортивной деятельности	ПК-24,ПК-28	
3.	Психологическое обеспечение и сопровождение спортивной деятельности	ПК-24,ПК-28	

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Элементы компетенции	Индекс элемента
ПК-24	способностью к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий;	**знать**	
		основные методы анализа результатов исследования: анализ, синтез, типологизация, классификация, генетический метод	ПК-24 З1
		уметь	
		критически относиться к результатам собственной профессиональной деятельности, выбирать способы, приёмы, методы интерпретации полученных результатов	ПК-24 У1
		владеть	
		-навыками интерпретации различного рода данных (анамнестических, феноменологических, психометрических), и результатов исследований	ПК-24 В1
ПК-28	способностью формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности	**знать**	
		- описывать особенности профилактики отклоняющегося поведения субъектов в системе спорта;	ПК-28 З1
		- описывать систему организации психологической службы в области	ПК-28 З2

		адаптивной физкультуры и параолимпийского движения;	
		- описывать систему предстартовой подготовки спортсмена;	ПК-28 З3
		-описывать систему организации психологической службы детско-юношеского спорта и систему организации психологического сопровождения массового спортивного движения	ПК-28 З4
		уметь	
		- применять имеющиеся методы профилактики отклоняющегося поведения субъектов в системе спорта;	ПК-28 У1
		- разрабатывать индивидуальные траектории для психологического сопровождения и развития субъектов спортивной деятельности с ОВЗ;	ПК-28 У2
		- осуществлять базовые процедуры психологической предстартовой подготовки спортсмена;	ПК-28 У3
		-анализировать имеющуюся систему организации психологической службы детско-юношеского спорта и систему психологического сопровождения массового спортивного движения	ПК-28 У4
		владеть	
		-составлять программы профилактики отклоняющегося поведения субъектов в системе спорта;	ПК-28 В1
		-организовывать образовательную и психологическую среду для развития спортивного потенциала людей с ОВЗ;	ПК-28 В2
		-разрабатывать индивидуальные программы по предстартовой подготовке спортсменов	ПК-28 В3

		-оценить возможности развития психологического сопровождения детско-юношеского спорта и массового спортивного движения	ПК-28 В4

КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (ЗАЧЕТ)

Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1. Предмет, задачи и основные проблемы психологии спорта.	ПК-28 З2
2. Психология спорта как прикладная отрасль психологического знания	ПК-28 З2
3. Психофизиологические аспекты различных видов спорта. Психологическое портретирование, обоснуйте практическую значимость.	ПК-28 У3, ПК-24 У1, ПК-24 В1
4. Международное спортивное движение и психология спорта	ПК-28 З2, ПК-28 З4
5. Опишите основные направления работы практического психолога в спорте. Составьте алгоритм психологического воздействия или диагностики при решении одной из часто встречаемых задач психологии спорта.	ПК-28 З1, ПК-28 У1, ПК-28 В1 ПК-28 У2, ПК-28 В2, ПК-28 З4, ПК-28 У4, ПК-28 В4, ПК-24 У1
6. Проблема спортивного отбора и спортивной ориентации, анализ ситуации на практике	ПК-28 З4, ПК-28 У4
7. Проблема личностных особенностей в спорте, их диагностика и психологическое сопровождение.	ПК-28 З1, ПК-28 У1 ПК-28 В1 ПК-28 У2, ПК-28 В2
8. Проблема психологического контроля и управления спортивной деятельностью	ПК-28 З3
9. Стартовые состояния и предстартовая подготовка спортсменов. Анализ	ПК-28 З3, ПК-28 У3, ПК-28 В3, ПК-28 З4, ПК-28 У4, ПК-28 В4

конкретного случая. Базовые принципы сопровождения и разработка индивидуального алгоритма работы психолога.	
10. Система эмоционально-волевой подготовки (ЭВП) спортсменов	ПК-28 З3
11. Психомоторные способности человека .	ПК-28 З3
12. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе. Методы диагностики и коррекции.	ПК-28 У3
13. Предсоревновательные психические состояния	ПК-28 З3
14. Причины динамики предсоревновательного психического напряжения	ПК-28 З2
15. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности	ПК-28 З1
16. Психологическое обеспечение физической подготовки спортсменов. Методики. Примеры использования.	ПК-28 З4, ПК-28 З4
17. Психологическое обеспечение технической подготовки спортсменов. Методики. Примеры использования.	ПК-28 З4
18. Психологическое обеспечение тактической подготовки спортсменов. Методики. Примеры использования.	ПК-28 З4
19. Моделирование спортивной деятельности как метод организационной подготовки к соревнованиям. Представьте пример использования метода.	ПК-28 У3, ПК-24 У1
20. Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности.	ПК-28 З1,

21. Методики изучения структурных компонентов личности спортсмена: название, содержание, особенности применения	ПК-28 У1
22. Типологические свойства и особенности темперамента спортсмена и их оценка	ПК-28 У3, ПК-24 З1
23. Оценка общей психологической устойчивости, психической надежности и самооценка личности спортсмена. Приведите примеры использования методик психодиагностики.	ПК-28 У3
24. Лидерство в спортивной группе. Диагностика. Примеры использования.	ПК-28 У3
25. Психологические основы общения в спорте	ПК-28 З4
26. Особенности взаимоотношений в системе «тренер—спортсмен»	ПК-28 З4
27. Особенности взаимоотношений в системе «спортсмен—спортсмен»	ПК-28 З4
28. Мотивация спортивной деятельности. Методы. Пример использования.	ПК-28 З4
29. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований	ПК-28 З4
30. Психологические особенности спортивного соревнования	ПК-28 З3
31. Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям	ПК-28 З3,
32. Специальная психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям	ПК-28 З3
33. Основы планирования психологической подготовки спортсменов к соревнованиям	ПК-28 З3, ПК-24 У1
34. Основы психорегуляции в спорте. Примеры применения базовых методик.	ПК-28 З3 ПК-28 У3

35. Основы психогигиены в спорте. Представьте алгоритм психологической профилактики одной из проблем психического здоровья и безопасности субъектов.	ПК-28 У1, ПК-28 В1

ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

на зачете

Результаты выполнения обучающимся заданий на зачете оцениваются по шкале «зачтено» - «не зачтено». В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на учебных занятиях по дисциплине «Психология спорта» (Таблица 2.5 рабочей программы дисциплины).

«Зачтено» – оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

- оценка соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

- оценка соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

«Не зачтено» - оценка выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.