МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования «Саратовский государственный технический
университет имени Гагарина Ю.А.»

Профессионально-педагогический колледж

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Профессионально-педагогического
колледжа СГТУ имени Гагарина Ю.А.
_____ В.В. Ушакова
«11» ноября 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.12 СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ
специальность
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Рабочая программа рассмотрена
на заседании методической комиссии
«Физическая культура»
протокол № 2 от «20» 10 2021 г.
Председатель МК _____ И.В. Корнеева

Саратов 2021

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) 49.02.01 Физическая культура, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 11.08.2014 г. № 976.

Разработчик: Милёхин А.В. - преподаватель ППК СГТУ имени Гагарина Ю.А.

Рецензенты:

Внутренний: Бараева В.С. - преподаватель высшей квалификационной категории ППК СГТУ имени Гагарина Ю.А.

Внешний: Гуменская О.М. - кандидат педагогических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 14
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 15

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 12 СПОРТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

1.1.Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее - ППССЗ) в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ

Дисциплина входит в профессиональный учебный цикл, в состав общепрофессиональных дисциплин.

1.3. Цели и требования к результатам освоения учебной дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование общих и профессиональных компетенций, включающих в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

- психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте;
- психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности;
- механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности;
- влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды);
- основы психологии тренировочного процесса;
- основы спортивной психодиагностики.

1.4.Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Максимальной учебной нагрузки обучающегося: 72 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 48 часов;

самостоятельной работы обучающегося 24 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего по программе дисциплины)	72
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	48
в том числе:	
лекции, уроки	34
практические занятия	14
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	24
Промежуточная аттестация в форме экзамена	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.12 Спортивная психология

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающегося, курсовая работа (проект) (если предусмотрены), иные виды учебной работы в соответствии с учебным планом	Объем часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
Раздел 1. Психотехника, психические состояния и их регуляция в спорте		**24**		ОК 1-9,12 ПК 1.3,1.5,1.6
Тема 1.1. Психологические состояния и психофизиологические механизмы их возникновения в спорте	**Содержание учебного материала**	**6**		
	Основные характеристики состояний человека. Причины возникновения неблагоприятных психических состояний в спорте. Предстартовые состояния. Компоненты оптимального боевого состояния. Взаимосвязь между эмоциями и функциями систем организма. Пульс. Наши регуляторы. Мысли перед стартом. Психические состояния в тренировочной деятельности спортсменов	4	1	
	Самостоятельная работа обучающихся № 1 Доклады по темам: Предмет и задачи психологии спорта. Основные характеристики состояния человека. Причины возникновения неблагоприятных психических состояний в спорте. Предстартовые состояния	2	3	
Тема 1.2. Психотехники в регуляции психических состояний	**Содержание учебного материала**	**4**		
	Слово в регуляции психических состояний. Техника выполнения релаксационных упражнений. Техника выполнения концентрационных упражнений. Техника выполнения дыхательных упражнений	2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся № 2 Доклады по темам: Компоненты оптимального боевого состояния. Взаимосвязь между эмоциями и функциями систем организма. Пульс и наши регуляторы. Мысли перед стартом	2	3	
Тема 1.3. Психотехники при обучении психической саморегуляции спортсменов на различных этапах спортивной	**Содержание учебного материала**	**8**		
	Содержание обучения психической саморегуляции в процессе многолетней подготовки. Использование психотехники при обучении психической саморегуляции спортсменов на этапе начальной спортивной специализации. Использование психотехник при обучении психической	4	1	

подготовки.	саморегуляции на этапе спортивного совершенствования. Психологическая помощь спортсменам в условиях соревнований. Представления			
	Практическое занятие № 1 Составление психологической характеристики спортсмена	2	2	
	Самостоятельная работа обучающихся № 3 Доклады по темам: Психические состояния в тренировочной деятельности спортсмена. Слово в регуляции психических состояний. Техника выполнения релаксационных упражнений. Техника выполнения концентрационных упражнений. Выполнение дыхательных упражнений	2	3	
Тема 1.4. Психодиагностика состояний и свойств личности	**Содержание учебного материала**	**6**		
	Методика выявления «Самочувствия», «Активности», «Настроения». Методика выявления личностной и ситуационной тревожности. Методика выявления ценностей личности. Проективная методика исследования личности (тест С. Деллингера). Методика выявления предрасположенности личности к конфликтному поведению. Выявление темпераментных особенностей личности (тест– опросник Я. Стреляу)	4	1	
	Практическое занятие № 2 Психотип спортсмена и его влияние на успешность спортивной деятельности	2	2	
Раздел 2. Психология соревновательной деятельности спортсмена		**48**		ОК 1-4, 6-12 ПК 1.3,1.5,1.6
Тема 2.1Специфика соревновательной деятельности в спорте	**Содержание учебного материала**	**6**		
	Спортивное соревнование как соперничество. Помеховлияние на соревнованиях и помехоустойчивость спортсмена. Стресс- факторы в соревновательной деятельности. Рефлексия и рефлексивность в соревновательной деятельности спортсмена. Интуиция и антиципация в соревновательной деятельности	2	1	
	Практическое занятие № 3 Составление характеристики соревновательного периода	2	2	
	Самостоятельная работа обучающихся № 4 Доклады по темам: Содержание обучения психической саморегуляции спортсменов на этапе начальной спортивной специализации. Использования психотехник при обучении психической саморегуляции спортсменов на этапе начальной спортивной специализации. Использование психотехник при обучении психической саморегуляции. Саморегуляция спортсменов на этапе	2	3	

	спортивного совершенствования			
Тема 2.2 Поведение спортсменов в различных соревновательных состояниях.	**Содержание учебного материала**	**8**		
	Поведение спортсмена на соревнованиях с учетом уровня развития помехоустойчивости. Поведение спортсмена в различных соревновательных ситуациях. Особенности поведения спортсмена с учетом спортивной квалификации. Особенности поведения юных спортсменов на соревнованиях с учетом уровня развития решительности	4	1	
	Практическое занятие №4 Исследование предстартового состояния спортсменов и разработка методики его регуляции	2	2	
	Самостоятельная работа обучающихся № 5 Доклады по темам: Психологическая помощь спортсменам в условиях соревнований. Роль представлений в спортивной деятельности. Методика «Самочувствие, активность, настроение». Методика выявления личностной и ситуативной тревожности. Методика выявления ценностей личности	2	3	
Тема 2.3Мотивация в структуре соревновательной деятельности спортсмена	**Содержание учебного материала**	**6**		
	Характеристика спортивной мотивации спортсменов различной квалификации. Взаимосвязь спортивной мотивации с некоторыми личностными особенностями спортсменов. Формирование и сохранение спортивной мотивации	2	1	
	Практическое занятие № 5 Мотивация в спортивной деятельности	2	2	
	Самостоятельная работа № 6 Доклады по темам: Спортивное соревнование как соперничество. Помеховлияние на соревнованиях и помехоустойчивость спортсмена. Стресс-факторы в соревновательной деятельности. Рефлексия и рефлективность в соревновательной деятельности спортсмена. Интуиция и антиципация в соревновательной деятельности. Поведение спортсмена на соревнованиях с учетом уровня развития помехоустойчивости. Поведение спортсменов в различных соревновательных ситуациях	2	3	
Тема 2.4 Принятие решений в соревновательной деятельности	**Содержание учебного материала**	**6**		
	Вероятностное прогнозирование в соревновательной деятельности. Принятие решения как проблема соревновательной деятельности спортсмена. Психологический анализ процесса принятия решения в спортивном поединке. Профессионально важные качества, обуславливающие принятие решения	4	1	

	Самостоятельная работа обучающихся № 7 Доклады по темам: Особенности поведения юных спортсменов с учетом уровня развития решительности. Характеристика спортивной мотивации спортсменов различной квалификации. Взаимосвязь спортивной мотивации с некоторыми личностными особенностями спортсменов. Формирование и сохранение спортивной мотивации. Вероятностное прогнозирование в соревновательной деятельности	2	3	
Тема 2.5 Предсоревноватльная психологическая подготовленность спортсменов высокой квалификации	**Содержание учебного материала**	**6**		
	Сформированность и динамика предсоревновательной психологической подготовленности спортсменов. Взаимосвязь компонентов предсоревновательной психологической подготовленности спортсменов к соревнованию	2	1	
	Практическое занятие № 6 Особенности психологической подготовленности спортсменов высокой квалификации	2	2	
	Самостоятельная работа обучающихся № 8 Доклады по темам: Принятие решения как проблема соревновательной деятельности спортсмена. Психологический анализ процесса принятия решения в спортивном поединке. Профессионально важные качества, обуславливающие принятие решений. Сформированность и динамика предсоревновательной психической подготовленности спортсменов. В взаимосвязь компонентов предсоревновательной психической подготовленности спортсменов к соревнованию.	2	3	
Тема 2.6 Повышение помехоустойчивости спортсменов к сбивающим соревновательным факторам	**Содержание учебного материала**	**8**		
	Методика формирования помехоустойчивости у спортсменов	2	1	
	Практическое занятие №7 Классификация соревнований	2	2	
	Самостоятельная работа обучающихся № 9 Доклады по темам: Личность тренера. Психорегуляция в системе многолетней спортивной подготовки спортсменов. Общение в спорте. Влияние психической готовности на состояние и результативность спортсмена	2	3	
	Самостоятельная работа обучающихся №10 Доклады по темам: Мотивация спортивной деятельности. Психическая саморегуляция в процессе подготовки спортсменов. Состояние психической готовности к соревнованиям в спорте. Устойчивость соревновательной деятельности. Психолого-педагогической обеспечение подготовки спортсменов к соревнованиям	2	3	

Тема 2.7. Психологические условия и особенности управленческой деятельности	**Содержание учебного материала**	**4**		
	Психология управления общением. Управленческие решения. Психология управления конфликтами. Психология влияния. Психология общения	2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся № 11 Доклады по темам: Методика формирования помехоустойчивости у спортсменов. Психология управления общением. Психология управления конфликтами. Психология влияния. Психология общения	2	3	
Тема 2.8. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки спортсменов к соревнованиям	**Содержание учебного материала**	**4**		
	Психолого-педагогическое обеспечение подготовки спортсменов к соревнованиям на этапе начальной спортивной специализации, на этапе углубленной спортивной специализации, на этапе спортивного совершенствования	2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся № 12 Доклады по темам: Психолого-педагогическое обеспечение подготовки спортсменов к соревнованиям на этапе начальной спортивной специализации. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки спортсменов к соревнованиям на этапе углубленной спортивной специализации. Психолого-педагогическое обеспечение подготовки спортсменов к соревнованиям на этапе спортивного совершенствования	2	3	
Промежуточная аттестация – экзамен				
Итого по дисциплине:		**72**		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия кабинета педагогики и психологии для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, в том числе групповых, индивидуальных, письменных, устных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Оборудование:

- рабочее место преподавателя;
- специализированная мебель (столы, стулья по количеству обучающихся);
- доска ученическая.

Технические средства обучения:

- компьютер (ноутбук);
- мультимедийный проектор, экран.

Учебно-наглядные пособия: плакаты, учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации по рабочей программе дисциплины, в том числе, видео-аудио материалы, компьютерные презентации.

Компьютер имеет доступ к электронно-библиотечным системам, выход в глобальную сеть Интернет, оснащен лицензионным программным обеспечением.

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение реализации учебной дисциплины

Основные учебные издания

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 338 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00690-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru

2. Спортивная психология : учебник для среднего профессионального образования / В. А. Родионов [и др.] ; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 367 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11149-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru

3. Мельник, Е.В. 99 вопросов спортивному психологу : научно-популярное издание / Мельник Е.В. и др. — Москва : Спорт, 2020. — 192 с. — ISBN 978-5-907225-30-5. — URL: https://book.ru

Дополнительные учебные издания

4. Серова, Л.К. Психология личности спортивного тренера : монография / Серова Л.К., Терехина Р.Н. — Москва : Спорт, 2019. — 127 с. — ISBN 978-5-9500183-6-7. — URL: https://book.ru

Интернет-ресурсы

5. Журнал «Психология» www."Psychology.ru"
6. «Психея» - информационная страница психолога http://psycheya.ru/lib_index.html

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

7. Методические указания для обучающихся по выполнению практических работ.
8. Методические указания для обучающихся по выполнению заданий самостоятельной работы.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Общие компетенции: ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях. ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности. ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами. ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий. ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации. ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий. ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся. ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих. ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности. **Профессиональные компетенции:** ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов. ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной	Текущий контроль: - опрос устный; - тестирование; - выполнение практической работы. Оценка результатов выполнения самостоятельной работы Промежуточная аттестация в форме экзамена Метод проведения промежуточной аттестации: выполнение экзаменационного задания

деятельностью. ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию. **Уметь:** - выявлять индивидуальные и типологические особенности обучающихся; **Знать:** - психологическое значение возрастно-половых факторов в физической культуре и спорте; - психологические основы развития индивидуальности и личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности; - механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности; - влияние спортивной деятельности на психологическое состояние личности и коллектива (команды); - основы психологии тренировочного процесса; - основы спортивной психодиагностики.	

4.2. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Показатели и критерии оценивания компетенций

Показатели и критерии оценивания компетенций, описание шкал оценивания содержатся в приложении 1.

Контрольные и тестовые задания

Контрольные задания содержатся в приложении 1.

Методические материалы

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, характеризующих формирование компетенций, содержатся в приложении 1.

Приложение 1

Контрольно-оценочные средства

для проведения промежуточной аттестации по дисциплине
ОП.12 Спортивная психология

1.1. Форма промежуточной аттестации

Экзамен (5 семестр)

1.2. Система оценивания результатов выполнения заданий

Оценивание результатов выполнения заданий промежуточной аттестации осуществляется на основе следующих принципов:

достоверности оценки – оценивается уровень сформированности знаний, умений, практического опыта, общих и профессиональных компетенций, продемонстрированных обучающимися в ходе выполнения задания;

адекватности оценки – оценка выполнения заданий должна проводиться в отношении тех компетенций, которые необходимы для эффективного выполнения задания;

надежности оценки – система оценивания выполнения заданий должна обладать высокой степенью устойчивости при неоднократных оценках уровня сформированности знаний, умений, практического опыта, общих и профессиональных компетенций обучающихся;

комплексности оценки – система оценивания выполнения заданий должна позволять интегративно оценивать общие и профессиональные компетенции обучающихся;

объективности оценки – оценка выполнения конкурсных заданий должна быть независимой от особенностей профессиональной ориентации или предпочтений преподавателей, осуществляющих контроль или аттестацию.

При выполнении процедур оценки заданий используются следующие основные методы:

- метод расчета первичных баллов;
- метод расчета сводных баллов.

Результаты выполнения заданий оцениваются в соответствии с разработанными критериями оценки.

Используется пятибалльная шкала для оценивания результатов обучения.

Перевод пятибалльной шкалы учета результатов в пятибалльную оценочную шкалу:

Оценка	**Количество баллов, набранных за выполнение теоретического и практического задания, средний балл по итогам аттестации**
Оценка 5 «отлично»	4,6-5
Оценка 4 «хорошо»	3,6-4,5
Оценка 3 «удовлетворительно»	3-3,5
Оценка 2 «неудовлетворительно»	≤ 2,9

1.3. Контрольно-оценочные средства

1.3.1 Задание:

1.Ответить на вопросы

2. Выполнить практическое задание.

Примерные вопросы для собеседования

1. Предмет психологии физического воспитания и спорта. Становление психологии физического воспитания и спорта. Причины возникновения.
2. Особенности спортивной деятельности, влияющие на ее эффективность.
3. Эмоции в спортивной деятельности, их влияние на спортивный результат и работоспособность.
4. Педагогический такт учителя физической культуры.
5. Мышление как особо сложная форма поведения.
6. Воля и волевые усилия в спортивной деятельности.
7. Роль непреднамеренных действий в становлении спортивной техники.
8. Психические особенности спортивного коллектива.
9. Роль речи в процессе формирования двигательного навыка.
10. Роль опорных ощущений в спортивной деятельности.
11. Психологическая концепция спортивной деятельности.
12. Этапы формирования двигательного навыка.
13. Педагогический такт учителя физической культуры.
14. Диффузный характер эмоций в спортивной деятельности, и учет его влияния в работе со спортсменами.
15. Воля и волевые усилия в спортивной деятельности.
16. Регулирование, использование и влияние эмоциональных состояний на ход спортивной борьбы.
17. Характеристика предстартовых состояний.
18. Структура волевого акта.
19. Помехоустойчивость и приемы ее совершенствования.
20. Особенности общения в спорте.
21. Спортивный коллектив, структурные составляющие спортивного коллектива.
22. Лидер. Роль лидера в команде. Формальный и реальный лидер.
23. Роль непреднамеренных действий в становлении спортивной техники. Влияние двигательного опыта на овладение спортивными движениями.
24. Примеры управления предстартовыми психическими состояниями.
25. Особенности восприятия пространственных и временных характеристик движений.
26. Источники опорных ощущений в спортивной практике.
27. Интеллектуализация спорта – фактор роста спортивного мастерства.
28. Особенности педагогического такта учителя физической культуры.
29. Психологический настрой на выполнение движений, его суть и значение.
30. Поведение спортсмена на соревнованиях как результат помеховлияния на него или его влияния на соперника.

Примерные практические задания:

1. Составить психологическую карту спортсмена – бегуна на длинные дистанции (на этапе начальной подготовки) и индивидуальную программу коррекции развития психологической ситуации.
2. Составить психологическую карту спортсмена – бегуна на короткие дистанции (на этапе начальной подготовки) и индивидуальную программу коррекции развития психологической ситуации.
3. Составить психологическую карту спортсмена – бегуна на длинные дистанции (на этапе углубленной специализации) и индивидуальную программу коррекции развития психологической ситуации.

4. Составить психологическую карту спортсмена – легкоатлета (прыжки в длину) (на этапе начальной подготовки) и индивидуальную программу коррекции развития психологической ситуации.

5. Составить психологическую карту спортсмена – легкоатлета (прыжки в высоту) (на этапе углубленной специализации) и индивидуальную программу коррекции развития психологической ситуации.

1.3.2. Критерии оценки

Максимальное количество баллов за выполнение задания «Собеседование по вопросам» – 2 балла.

Оценка за задание «Собеседование по вопросам» определяется суммированием баллов в соответствии с результатами собеседования по 2 вопросам. Верный ответ на один вопрос оценивается в 1 балл.

	Критерии оценки результатов выполнения теоретического задания	**Баллы в соответствии с критериями оценки**
	Наименование критерия	**Максимальный балл – 1 балл**
1	- демонстрирует глубокое, полное знание и понимание программного материала; - исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически верно излагает материал; - дает точное определение и истолкование основных понятий; - при ответе демонстрирует самостоятельность суждений, приводит верные аргументы, делает правильные выводы; - правильно и обстоятельно отвечает на сопутствующие вопросы.	1
2	- демонстрирует глубокое, полное знание и понимание программного материала; - в основном правильно, без изменения основной сути грамотно и логически верно излагает материал; - допускает несущественные неточности при определении и истолковании основных понятий; - при ответе демонстрирует самостоятельность суждений, приводит верные аргументы, верно, но с незначительными ошибками делает выводы; - правильно, но совершая незначительные ошибки, отвечает на сопутствующие вопросы.	0,6
3	-раскрывает основное содержание учебного материала, но обнаруживаются существенные пробелы в понимании программного материала - неполно, нарушая последовательность излагает материал; - допускает ошибки в определении и истолковании основных понятий; - при ответе демонстрирует самостоятельность суждений, приводит частично верные аргументы, отдельные выводы нельзя считать верными и обоснованными; - студент испытывает значительные затруднения, отвечая на сопутствующие вопросы.	0,3

4	- не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки; - не знает или дает неверное определение и истолкование основных понятий - не может привести верные аргументы, делает неправильные выводы; - неверно отвечает на сопутствующие вопросы.	0
	ИТОГО	**1**

	Критерии оценки результатов выполнения практического задания	**Баллы в соответствии с критериями оценки**
	Наименование критерия:	**Максимальный балл -2 балла**
1	**Проведение базовой психодиагностики (таблица 1.1)**	**1,0**
	1.1. Выполнение задания основывается на психологических закономерностях, учитываются индивидуальные особенности спортсменов, специфические условия спортивной тренировки и спортивного соревнования.	**1,0**
	- правильно проведено определение причин психического состояния спортсмена; - предложенные средства и методы учитывают индивидуальные особенности психики спортсмена, а так же особенности выполняемой спортивной деятельности;	1,0
	- при определении средств и методов используется комплексный подход, учитывающий особенности спортивной деятельности и психологические особенности личности спортсмена; - выбор средств и методов психологического воздействия основывается на создании для спортсмена максимально комфортных для конкретной ситуации условий.	0,5
	-неправильно проведено определение средств и методов психологического воздействия; -не учтены особенности спортивной деятельности и психологические особенности личности спортсмена.	0
	1.2 Составить план психологического анализа тренировочного занятия (таблица 1.2) с учётом специфических условий спортивной тренировки и спортивного соревнования	**1,0**
	-на основании комплексной информации дает подробную характеристику психологической ситуации и оптимальному варианту выхода из нее	1,0
	- значительно нарушена последовательность, логика объяснения решения задания (студент не может объяснить, каким образом пришел к решению задания), выводы не могут считаться аргументированными и обоснованными; студент неправильно отвечает на сопутствующие вопросы.	0,5
	-н основании проведённых наблюдений, полученной, объективной и достаточной информации о психолого-педагогической ситуации даёт неправильную оценку психического состояния и вариантов выхода из нее.	0
2	**Составление индивидуальной программы коррекции развития**	**Максимальный**

	психологической ситуации (таблица 2). Выбор средств и методов психологического воздействия основывается на их эффективности по профилактике негативных эмоциональных состояний и перетренированности	**балл –1 балл**
	-на основании проведённых наблюдений, полученной, объективной и достаточной информации о психолого-педагогической ситуации даёт правильную оценку психического состояния и вариантов выхода из нее.	1,0
	-на основании проведённых наблюдений, полученной, объективной и достаточной информации о психолого-педагогической ситуации даёт правильную оценку психического состояния и вариантов выхода из нее с некоторыми неточностями	0,5
	- не может составить правильную индивидуальную программу руководства и коррекции психолого-педагогической ситуацией	0
	Итого	**3**

1.4. Материально-техническое обеспечение для проведения промежуточной аттестации

Аттестация проводится в кабинете педагогики и психологии

1.5. Учебно-методическое и информационное обеспечение для проведения промежуточной аттестации

Основные учебные издания

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 338 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00690-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru

2. Спортивная психология : учебник для среднего профессионального образования / В. А. Родионов [и др.] ; под общей редакцией В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 367 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11149-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru

3. Мельник, Е.В. 99 вопросов спортивному психологу : научно-популярное издание / Мельник Е.В. и др. — Москва : Спорт, 2020. — 192 с. — ISBN 978-5-907225-30-5. — URL: https://book.ru

Дополнительные учебные издания

4. Серова, Л.К. Психология личности спортивного тренера : монография / Серова Л.К., Терехина Р.Н. — Москва : Спорт, 2019. — 127 с. — ISBN 978-5-9500183-6-7. — URL: https://book.ru

Интернет-ресурсы

5. Журнал «Психология» www."Psychology.ru"
6. «Психея» - информационная страница психолога http://psycheya.ru/lib_index.html

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

7. Методические указания для обучающихся по выполнению практических работ.
8. Методические указания для обучающихся по выполнению заданий самостоятельной работы.