

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»
Таганрогский институт имени А. П. Чехова (филиал) РГЭУ (РИНХ)

УТВЕРЖДАЮ

Директор

_____ Петрушенко С. А.

«___» _____ 2025г.

Рабочая программа дисциплины
Психология физической культуры и спорта

Специальность
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Форма обучения очная

Часов по учебному плану 44

в том числе:

аудиторные занятия 40

самостоятельная работа 0

Таганрог
2025 г.

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
Неделя	10 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	20	20	20	20
Практические	20	20	20	20
Итого ауд.	40	40	40	40
Контактная работа	40	40	40	40
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	44	44	44	44

ОСНОВАНИЕ

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (приказ Минобрнауки России от 11.11.2022 г. № 968)

Рабочая программа составлена по образовательной программе
направление 49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
программа среднего профессионального образования

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 28.01.2025 протокол № 6

Программу составил(и):

Заведующий кафедрой: Кибенко Е.И.

Рассмотрено на заседании кафедры от 06.02.2025 протокол № 7

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Целью изучения дисциплины "Психология физической культуры и спорта" является формирования знаний
1.2	в области психологии взаимодействия в спортивных командах, психических состояний, развитие навыков психологического обеспечения
1.3	развития и функционирования психических явлений, состояний и качеств учащихся
1.4	образовательных учреждений и воспитанников спортивных организаций.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП:		ОП
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Основы педагогики	
2.1.2	История России	
2.1.3	Иностранный язык в профессиональной деятельности	
2.1.4	Безопасность жизнедеятельности	
2.1.5	Основы финансовой грамотности	
2.1.6	Основы психологии	
2.1.7	Возрастная анатомия, физиология и гигиена	
2.1.8	Информатика и информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности	
2.1.9	Математические методы решения профессиональных задач	
2.1.10	Анатомия и физиология человека	
2.1.11	Основы биомеханики	
2.1.12	Теория и история физической культуры и спорта	
2.1.13	Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы	
2.1.14	Организация спортивно-массовых мероприятий по выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО	
2.1.15	Учебная практика. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности	
2.1.16	Учебная практика. Организация и проведение физкультурно-спортивной работы	
2.1.17	Производственная практика. Летняя практика	
2.1.18	Производственная практика. Организация физкультурной и спортивной деятельности в спортивных школах	
2.1.19	Методика обучения предмету «Физическая культура»	
2.1.20	Теоретические и методические основы организации внеурочной деятельности по физической культуре	
2.1.21	Учебная практика. Пробные уроки	
2.1.22	Производственная практика. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам в школе	
2.1.23	Гимнастика	
2.1.24	Спортивные игры	
2.1.25	Подвижные игры	
2.1.26	Легкая атлетика	
2.1.27	Единоборства	
2.1.28	Теоретические и прикладные аспекты методической работы в области физической культуры и спорта	
2.1.29	Экзамен по модулю "Модуль 3. Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам"	
2.1.30	Экзамен по модулю "Модуль 2. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности"	
2.1.31	Экзамен по модулю "Модуль 1 Организация и проведение физкультурно-спортивной работы"	
2.1.32	Организация деятельности волонтеров в области физкультуры и спорта	
2.1.33	Основы антидопингового обеспечения	
2.1.34	История олимпийского движения	
2.1.35	Физкультурно-спортивные сооружения	
2.1.36	Профилактика травматизма в спортивной деятельности	
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**3.1 Знать****3.2 Уметь****3.3 Владеть****4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Психология развития личности в спорте и физической культуре (2)					
1.1	Психологические процессы, свойства, состояния. /Лек/	6	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ПК 1.2. ПК 2.2. ПК 3.5.	Л1.2 Л1.9	
1.2	Профессиональный установки спортивного педагога /Пр/	6	2	ОК 01. ОК 02. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 2.2. ПК 3.5.	Л1.6	
	Раздел 2. Психология освоения двигательных действий					
2.1	Познавательный процессы /Лек/	6	2	ОК 02. ОК 04. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 2.2. ПК 3.5.	Л1.2	
2.2	Принципы развития познавательный процессов в процессе обучения техническим действиям /Лек/	6	2	ОК 01. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 3.1.	Л1.4 Л1.8	
	Раздел 3. Спортивная команда как малая группа (1)					
3.1	Психология малых групп (спортивная команда: взаимодействия, отношения, развития, климат, сплоченность) /Лек/	6	6	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 2.2. ПК 3.1. ПК 3.5.	Л1.1	
	Раздел 4. Психологические состояния в физической культуре и спорте (1)					
4.1	Виды психологических состояния спортсменов, учащихся на уроках физической культуры. /Лек/	6	4	ОК 02. ОК 04. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 2.2. ПК 3.1. ПК 3.5.	Л1.1	
	Раздел 5. Практика психологического отбора в спорте (1)					
5.1	Практика психологического отбора в индивидуальных и игровых видах спорта /Лек/	6	4	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ПК 1.1. ПК 2.2. ПК 3.5.	Л1.10	
	Раздел 6. Психология спортивного соревнования (1)					
6.1	Психология спортсмена, участвующего в соревнованиях. Психология тренера в период спортивного соревнования. /Пр/	6	10	ОК 01. ОК 02. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 2.2. ПК 3.5.	Л1.3	

	Раздел 7. Психологическая подготовка и психодиагностика в физической культуре и спорте (1)					
7.1	Психодиагностика в физической культуре и спорте (виды психологической диагностики, виды психологической подготовки) /Пр/	6	8	ОК 01. ОК 02. ПК 1.2. ПК 3.1. ПК 3.5.	Л1.10	
	Раздел 8. Зачет					
8.1	Зачет /Зачёт/	6	4	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ПК 1.1. ПК 1.2. ПК 2.2. ПК 3.1. ПК 3.5.	Л1.4 Л1.5 Л1.7	

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

Вопросы к зачету

1. Дать определение понятиям: «психические процессы», «психические свойства», «психические состояния».
 2. Общие черты, присущие потребностям.
 3. Формы проявления мотивационной сферы.
 4. Составляющие психологического возраста.
 5. Законы психического развития человека (по Л.С. Выготскому).
 6. Психическое развитие ребенка в младшем школьном возрасте (возраст, ведущая деятельность, социальная ситуация развития, ведущие новообразования).
 7. Психическое развитие ребенка в подростковом возрасте (возраст, ведущая деятельность, социальная ситуация развития, ведущие новообразования).
 8. Виды двигательных действий.
 9. Психологическая структура двигательных навыков.
- Психическое развитие ребенка в старшем школьном возрасте (возраст, ведущая деятельность, социальная ситуация развития, ведущие новообразования).
10. Саморегуляция двигательных действий.
 11. Роль восприятия в познании двигательных действий.
- Эмоционально-волевая сфера младших школьников.
12. Принципы развития познавательных процессов.
 13. Свойства субъективности педагога.
- Эмоционально-волевая сфера подростков.
14. Гуманистическая направленность педагога.
 15. Профессиональные установки педагога.
 16. Эмоционально-волевая сфера старших школьников.
 17. Признаки малой группы.
 18. Развитие малой группы.
 19. Спортивная команда как малая группа.
 20. Стратегии поведения в конфликтных ситуациях (по В.Ф. Сопову).
 21. Уровни в психологической подготовке.
 22. Особенности малых групп детей различного возраста
 23. Методы исследования ощущений.
 24. Методы исследования внимания.
 25. Методы исследования психомоторики спортсмена.
 26. Методы исследования памяти спортсмена.
 27. Методы исследования оперативного мышления.
 28. Методы измерения энергетического уровня спортсмена.
 29. Методы исследования мышления и интеллекта.
 30. Влияние коллектива на личность: эффекты конформности и агрессивного поведения.
 31. Методы измерения двигательного (психомоторного) уровня.
 32. Социометрический методы диагностики спортивных команд.
 33. Методы динамометрии и кинематометрии.
 34. Компоненты профессиональной пригодности спортсменов.
 35. Виды психических качеств в зависимости от тренировочных нагрузок.
 36. Компоненты структуры личности спортсмена.
 37. Специфика мотивов личности в спорте.
 38. Уровни моделей психологического отбора спортсменов.
 39. Способы формирования и динамики развития личности.
 40. Стратегия формирования личности в спорте.
 41. Групповое взаимодействия как фактор воспитания личности спортсмена.

42. Лидерство в спорте: отрицательные и положительные типы.
43. Свойства («структура») личности тренера.
44. Ролевые позиции тренера.
45. Факторы, влияющие на возникновение напряженности в коллективах.
46. Авторитет тренера: основные принципы поведения и явления иррадиации, инерции.
47. Готовность к деятельности и психическое состояние тренера.
48. Мотивы спортсменов и успех в соревновательной деятельности.
49. Задачи психологической предсоревновательной подготовки.
50. Факторы мобилизации готовности спортсмена к соревновательной деятельности.
51. Психологические особенности процесса формирования физических качеств.
52. Психологические особенности переживания спортсменами (физических) травм.
53. Психологические принципы реабилитации спортсменов
54. Виды психологических реакций спортсменов на полученную травму.
55. Стратегия позитивного поведения спортсмена, получившего травму.
56. Функциональное состояние организма.
57. Характеристика психических состояний в спортивной деятельности
58. Структура психического состояния
59. Классификация психических состояний
60. Психологическая помощь спортсменам в преодолении соревновательного стресса.
60. Виды психологической подготовки спортсменов (команд).
62. Периоды психологической подготовки спортсменов (команд).
63. Психологические методы восстановления работоспособности спортсменов.

5.2. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля

Представлен в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Гогунев Е. Н., Мартыанов Б. И.	Психология физического воспитания и спорта	М.: Академия, 2007
Л1.2	Родионов А. В., Сопов В. Ф., Непопалов В. Н., Неверкович С. Д., Попов А. Л.	Психология физической культуры и спорта: учеб. для студ. высш. учеб. заведений	М.: Академия, 2010
Л1.3	Гогунев, Е. Н., Мартыанов, Б. И.	Психология физического воспитания и спорта	М.: Академия, 2007
Л1.4	Родионов А. В., Сопов В. Ф.	Психология физической культуры и спорта: учеб. для студ. высш. учеб. заведений	М.: Академия, 2010
Л1.5		Психология физического воспитания и спорта: учебник	М.: Академия, 2016
Л1.6	Бабушкин Г. Д.	Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом: учебное пособие	Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012
Л1.7	Веракса, А. Н., Зинченко, Ю. П., Исайчев, С. А., Леонов, С. В., Меньшикова, Г. Я., Стрелков, Ю. К., Сысоева, О. В., Тоневицкий, А. Г., Черноризов, А. М., Садовничий, В. А., Зинченко, Ю. П., Тоневицкий, А. Г.	Психология спорта: монография	Москва: Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, 2011

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.8	Яковлев, Б. П., Бабушкин, Г. Д., Наumenко, Е. А., Сальников, В. А., Апокин, В. В., Бабушкин, Е. Г., Шумилин, А. П., Яковлев, Б. П., Бабушкин, Г. Д.	Психология физической культуры: учебник	Москва: Издательство «Спорт», 2016
Л1.9	Попова, И. А., Хайбуллин, Ю. В.	Психология физической культуры и спорта: практикум	Комсомольск-на-Амуре, Саратов: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет, Ай Пи Ар Медиа, 2019
Л1.10	Махов, С. Ю.	Психология спорта: учебно-методическое пособие	Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2019

6.3. Перечень программного обеспечения

6.4 Перечень информационных справочных систем

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.