

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра теории и методики физической культуры и безопасности
жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебно-методической
работе
И.О. Петрищев
« 30 » августа 2017 г.

ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Программа учебной дисциплины вариативной части

для направления подготовки
44.03.01 Педагогическое образование

направленность (профиль) образовательной программы
Физическая культура

(очная форма обучения)

Составитель: Панова Е.О., к.п.н.,
доцент кафедры теории и методики
физической культуры и
безопасности жизнедеятельности

Рассмотрено и утверждено на заседании Ученого совета факультета
физической культуры и спорта, протокол от 28 августа 2017 г. № 11

Ульяновск, 2017

1. Наименование дисциплины «Психология физического воспитания и спорта» включена в вариативную часть Блока 1 Дисциплины (модули) основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы «Физическая культура», очной формы обучения.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Целью освоения дисциплины «**Психология физического воспитания и спорта**» является: повышение общей и психолого-педагогической культуры будущего бакалавра, формирование целостного представления о психологических особенностях человека как факторах успешности его деятельности. Формирование профессиональных навыков, умений, необходимых будущему учителю для успешного решения основных задач физического воспитания различного рода образовательных учреждений. Формирование интеллектуально-когнитивной, научной компетентности в вопросах спортивной подготовки как основы для будущей профессиональной педагогической деятельности тренера, преподавателя физической культуры.

В результате освоения программы бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «**Психология физического воспитания и спорта**»:

Этап формирования Компетенции	теоретический	модельный	практический
	знает	умеет	владеет
Готовность к психолого-педагогическому сопровождению воспитательного процесса (ОПК-3)	<p>ОР-1</p> <p>- частично теоретические основы психологии и педагогики, необходимые для обеспечения сопровождения учебно-воспитательного процесса на различных уровнях образования</p>	<p>ОР-3</p> <p>- фрагментарно использовать законы, закономерности, методы, формы, технологии, средства обучения и воспитания и для профессионального психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса</p>	<p>ОР-5</p> <p>- некоторыми навыками предоставления образовательных услуг различным категориям граждан и оказания психолого-педагогической поддержки обучающихся</p>
	<p>ОР-2</p> <p>- системное представление о теоретических основах психологии и педагогики, необходимых для обеспечения сопровождения учебно-воспитательного процесса на различных уровнях образования</p>	<p>ОР-4</p> <p>- систематически использовать законы, закономерности, методы, формы, технологии, средства обучения и воспитания для профессионального психолого-педагогического сопровождения</p>	<p>ОР-6</p> <p>- в совершенстве навыками предоставления образовательных услуг различным категориям граждан и оказания психолого-педагогической поддержки обучающихся</p>

		учебно-воспитательного процесса	

3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «**Психология физического воспитания и спорта**» является дисциплиной вариативной части Блока 1 Дисциплины (модули) основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы «Физическая культура», очной формы обучения (Б1.В.ОД.15 **Психология физического воспитания и спорта**).

Дисциплина опирается на результаты обучения, сформированные в рамках ряда дисциплин учебного плана, изученных обучающимися в других семестрах: Психология, Педагогика, Физиология, Физиология физической культуры и спорта, Управление и организация работы в ДЮСШ и производственных коллективах, Теория и методика физической культуры.

Результаты изучения дисциплины «**Психология физического воспитания и спорта**» являются теоретической и методологической основой для изучения дисциплин: Производственная практика, Социология физической культуры и спорта, Педагогика физической культуры и спорта, Гигиена физического воспитания и спорта, методика физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях.

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся:

Номер семестра	Учебные занятия							Форма промежуточной аттестации
	Всего		Лекции, час	Практические занятия, час	Лабораторные занятия, час	Самостоят. работа, час	Контроль, час	
	Трудоемк.							
	Зач. ед.	Часы						
4	2	72	12	20	-	40		зачет
5	3	108	18	30	-	33	27	экзамен
Итого	5	180	30	50		73	27	

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1 Указание тем (разделов) и отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий:

Наименование раздела и тем	Количество часов по формам организации обучения
----------------------------	---

	Лекционные занятия	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа
4 семестр				
Тема 1. Анализ структуры и содержания интеллектуальной деятельности в процессе спортивной подготовки.	2		4	8
Тема 2. Взаимосвязь моторного и интеллектуального компонентов двигательных действий.	2		4	6
Тема 3. Педагогические детерминанты развития познавательных способностей спортсменов в процессе тренировочно-соревновательной деятельности.	2		2	6
Тема 4. Теоретическое и методологическое обоснование технологических процессов в спортивной деятельности.	2		4	8
Тема 5. Структура и содержание педагогической технологии формирования ведущих интеллектуальных качеств средствами избранного вида спорта.	2		4	6
Тема 6. Теоретическое обоснование информативности и объективности комплексных двигательных тестов и критериев оценки основополагающих интеллектуальных качеств.	2		2	6
ВСЕГО 72 ЧАСА	12		20	40
5 семестр				
Тема 7. Введение в психологию физического воспитания и спорта.	2	4		2
Тема 8. Психологические основы обучения на уроках физической культуры	2	4		4
Тема 9. Психологические особенности спортивной деятельности	2	4		4
Тема 10. Психологические основы спортивной дидактики	2	4		2
Тема 11. Психология личности учителя физической культуры и тренера	2	4		3
Тема 12. Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры	2	2		6
Тема 13. Психология личности спортсмена	2	4		4
Тема 14. Социальная психология спортивных групп	2	2		4
Тема 15. Психологическое обеспечение спортивной деятельности	2	2		4
ИТОГО:	18	30		33

5.2 Краткое описание содержания тем (разделов) дисциплины

Тема 1. Анализ структуры и содержания интеллектуальной деятельности в процессе спортивной подготовки (2 часа)

Проблема интеллектуализация спортивной тренировки. Цель и задачи интеллектуальной подготовки. Структура и содержание интеллектуальной подготовки

спортсменов. Содержание теоретической подготовки. Развитие интеллектуальных качеств

Интерактивная форма: «Учебная дискуссия».

Тема 2. Взаимосвязь моторного и интеллектуального компонентов двигательных действий (2 часа)

Взаимопроникновение и неразрывная связь произвольных действий и познавательных процессов человека. Основные положения теории построения движений Н.А. Бернштейна, функциональных систем П.К. Анохина, их развитие в трудах современных исследователей - как основа понимания механизмов взаимосвязи интеллектуальной и моторной деятельности в процессе спортивной тренировки. Психологический аспект взаимосвязи моторных и познавательных действий.

Интерактивная форма: «Использование мультимедийных средств»

Тема 3. Педагогические детерминанты развития познавательных способностей спортсменов в процессе тренировочно-соревновательной деятельности (2 часа)

Сущностный анализ ведущих методологических положений единства сознания и деятельности (С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев), умственного и физического развития (П.Ф. Лесгафт), принципа единства обучения, воспитания и развития (Б.Г. Ананьев); гетерохронности развития психических свойств и двигательных качеств (В.К. Бальсевич, Б.Г. Ананьев). Педагогические условия развития интеллектуальных способностей спортсменов в процессе тренировочно-соревновательной деятельности. Понятие о творческо-интеллектуальной активности спортсмена.

Интерактивная форма: Эссе

Тема 4. Теоретическое и методологическое обоснование технологических процессов в спортивной деятельности (2 часа)

Требования к разработке и реализации современных спортивных технологий. Системно-аналитический подход как методологическое обоснование педагогических технологий по направленному формированию ведущих интеллектуальных качеств личности спортсменов.

Тема 5. Структура и содержание педагогической технологии формирования ведущих интеллектуальных качеств средствами избранного вида спорта (2 часа)

Факторы и педагогические условия обеспечения согласованности двигательной и интеллектуальной деятельности. Компоненты двигательной и интеллектуальной деятельности, детерминирующие результативность соревновательной деятельности. Структура и содержание частных технологий и методик развития и совершенствования ведущих интеллектуальных качеств личности спортсмена.

Интерактивная форма: работа в группах.

Тема 6. Теоретическое обоснование информативности и объективности комплексных двигательных тестов и критериев оценки основополагающих интеллектуальных качеств (2 часа)

Достоинства и недостатки стандартных психологических тестовых методик оценки интеллектуальных качеств. Контрольные упражнения как средство оценки физической и компонентов технико-тактической подготовленности и как средство тренировки. Обоснование тестов и критериев оценки ведущих интеллектуальных качеств на основе контрольных упражнений, отражающих специфику и характер двигательной деятельности в избранном виде спорта.

Интерактивная форма: «Круглый стол».

Тема 7. Введение в психологию физического воспитания и спорта.

Предмет психологии физического воспитания и спорта. Педагогическая направленность психологии физического воспитания. Психология спорта как прикладная отрасль психологической науки. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта. Задачи психологии физического воспитания и спорта. Особенности деятельности в физическом воспитании и спорте. Психологическая систематика видов спорта.

Интерактивная форма:

«Лекция-диалог»

«Дискуссия»

«Системный анализ»

Тема 8. Психологические основы обучения на уроках физической культуры.

Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры. Особенности мыслительной деятельности. Особенности проявления памяти. Интерес к физической культуре как фактор, повышающий активность школьников. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры. Дидактические принципы.

Интерактивная форма:

«Проблемная лекция»

«Мозговой штурм»

«Метод ситуационного анализа»

Тема 9. Психологическая характеристика спортивной деятельности.

Психологическая характеристика физических качеств. Психологические особенности двигательных навыков. Стадии формирования двигательных навыков. Двигательные ощущения – основа саморегуляции моторных действий. Специализированные восприятия в спорте. Роль представлений в управлении движениями. Реакция в спорте. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе. Предсоревновательные психические состояния. Причины динамики предсоревновательного психического напряжения. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности.

Интерактивная форма:

«Лекция-диалог»

«Организационно-деятельностная игра»

«Кейс-стадии» (АКС – анализ конкретных ситуаций)

Тема 10. Психологические основы спортивной дидактики.

Психологические основы обучения и спортивного совершенствования. Психологическое обеспечение физической подготовки спортсменов. Психологическое обеспечение технической подготовки спортсменов. Психологическое обеспечение тактической подготовки спортсменов. Тактическое мышление спортсмена. Психологические особенности планирования тактических действий спортсмена и реализации плана. Методы совершенствования тактического мышления. Моделирование спортивной деятельности как метод организационной подготовки к соревнованиям.

Интерактивная форма:

«Проблемная лекция»

«Метод ситуационно-ролевых игр»

Тема 11. Психология личности учителя физической культуры и тренера.

Деятельность учителя физической культуры. Способности, необходимые учителю физической культуры. Умения учителя физической культуры. Стиль деятельности учителей физической культуры. Авторитет учителя физической культуры. Психологические особенности личности тренера.

Интерактивная форма:

- «Лекция-диалог»
- «Метод анализа кейсов»
- «Ролевая игра»
- «Организационно-деятельностная игра»

Тема 12. Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры.

Ученик – субъект учебной деятельности. Мотивационная сфера школьника. Самосознание школьника. Эмоциональная сфера школьника. Волевая сфера школьника. Типические особенности личности школьников. Понятие об индивидуальности. Методы психолого-педагогического изучения учителем физической культуры личности школьника.

Интерактивная форма:

- «Лекция-визуализация»
- «Ситуационные задачи и упражнения»

Тема 13. Психология личности спортсмена.

Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности. Формирование личности спортсмена. Методики изучения структурных компонентов личности спортсмена. Исследование личности спортсмена в системе общественных отношений.

Интерактивная форма:

- «Лекция-визуализация»
- «Мозговой штурм»
- «Ситуационные задачи и упражнения»

Тема 14. Социальная психология спортивных групп.

Социально-психологические особенности спортивной группы. Лидерство в спортивной группе. Социально-психологический климат. Психологические основы общения в спорте. Успешность спортивной деятельности и общение. Особенности взаимоотношений в системе «тренер-спортсмен». Особенности взаимоотношений в системе «спортсмен-спортсмен».

Интерактивная форма:

- «Лекция-диалог»
- «Мозговой штурм»

Тема 15. Психологическое обеспечение спортивной деятельности.

Мотивация спортивной деятельности. Психологические основы диагностики в спорте. Психологические основы отбора в спорте. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований. Психологические особенности спортивного соревнования. Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Специальная психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Основы планирования психологической подготовки спортсменов к соревнованиям. Основы психорегуляции в спорте. Основы психогигиены в спорте.

Интерактивная форма:

- «Лекция-визуализация»
- «Кейс-стадии» (АКС – анализ конкретных ситуаций)

«Мозговой штурм»

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

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

(тест из 16 вопросов)

Критерии оценивания: за каждый правильный ответ – 2 балла

Вариант 1

1. Психология физического воспитания и спорта это:

- а) область медицинской науки, которая изучает закономерности проявления, развития и формирования психики человека;
- б) область педагогической науки, которая изучает закономерности проявления, развития и формирования психики человека;
- в) область психологической науки, которая изучает закономерности проявления, развития и формирования психики человека.

2. Продуктом деятельности в спорте является:

- а) оздоровительный эффект;
- б) спортивное достижение;
- в) образовательный эффект.

3. Характер взаимодействия спортсменов существует в двух формах:

- а) борьба и сотрудничество;
- б) уничтожение и взаимодействие;
- в) противоборство и взаимодействие.

4. В младшем школьном возрасте устойчивость произвольного внимания равна:

- а) 10–15 мин;
- б) 45 минут;
- в) не сформирована вообще.

5. В психологии выделяют:

- а) 4 типа восприятия и наблюдения;
- б) 3 типа восприятия и наблюдения;
- в) 2 типа восприятия и наблюдения.

6. Принцип индивидуализации обозначает:

- а) индивидуальную работу с отдельным спортсменом;
- б) работу по формированию индивидуальных черт характера спортсмена;
- в) учёт индивидуальных особенностей каждого спортсмена.

7. Процесс формирования двигательных навыков в спорте состоит из:

- а) 3-х стадий;
- б) 4-х стадий;
- в) 2-х стадий.

8. Общие признаки психического перенапряжения проявляются в виде:

- а) капризность, неустойчивости настроения, внутренней раздражительности;
- б) быстрой утомляемости, снижении работоспособности, расстройстве сна;
- в) общего депрессивного фона настроения, тревожности, высокой ранимости.

9. Оптимальное предсоревновательное эмоциональное напряжение называется:

- а) боевой готовностью;
- б) стартовым безразличием;
- в) стартовой лихорадкой.

10. В структуру психологического обеспечения физической подготовки входят:

- а) специальные знания, психологические качества, методы воспитания физических качеств;
- б) специальные знания, физические качества, методы воспитания физических качеств;
- в) теоретические знания, физические качества, методы воспитания физических качеств.

11. В структуру тактического действия входит:

- а) восприятие спортивной ситуации, умственное решение тактической задачи, психомоторная реализация тактической задачи;
- б) ощущение спортивной ситуации, умственное решение тактической задачи, психомоторная реализация тактической задачи;
- в) восприятие спортивной ситуации, умственное решение тактической задачи, составление плана по решению тактической задачи.

12. Моделирование деятельности – это:

- а) процесс практического создания моделей машин, механизмов и т.д.;
- б) процесс мысленного создания будущей деятельности в предполагаемых условиях;
- в) процесс фантазирования в целях отдыха и самосовершенствования.

13. Дидактические способности тренера – это:

- а) способности к соответствующей области наук(учебный предмет);
- б) способности передавать учебный материал, делая его доступным;
- в) способность к общению со спортсменами.

14. В педагогической психологии различают четыре типа индивидуальных стилей педагогической деятельности:

- а) эмоционально-импровизационный, эмоционально-методический, рассуждающе-импровизационный, рассуждающе-методический;
- б) эмоционально-импровизационный, авторитарный, рассуждающе-импровизационный, рассуждающе-методический;
- в) эмоционально-импровизационный, эмоционально-методический, рассуждающе-импровизационный, индивидуальный.

15. Различают 3 типа контроля состояний спортсмена:

- а) поэтапный, текущий, конечный;
- б) поэтапный, текущий, оперативный;

в) начальный, текущий, окончательный.

16. Аспектами формирования личности спортсмена являются:

- а) самосознание, самоопределение, деятельность тренера;
- б) самосознание, деятельность тренера, мнение коллектива;
- в) самосознание, деятельность тренера, общественное сознание(спортивный коллектив и общество).

Вариант 2

1. Психология физического воспитания и спорта это:

- а) область медицинской науки, которая изучает закономерности проявления, развития и формирования психики человека;
- б) область педагогической науки, которая изучает закономерности проявления, развития и формирования психики человека;
- в) область психологической науки, которая изучает закономерности проявления, развития и формирования психики человека.

2. Продуктом деятельности в спорте является:

- а) оздоровительный эффект;
- б) спортивное достижение;
- в) образовательный эффект.

3. Характер взаимодействия спортсменов существует в двух формах:

- а) борьба и сотрудничество;
- б) уничтожение и взаимодействие;
- в) противоборство и взаимодействие.

4. В младшем школьном возрасте устойчивость произвольного внимания равна:

- а) 10–15 мин;
- б) 45 минут;
- в) не сформирована вообще.

5. В психологии выделяют:

- а) 4 типа восприятия и наблюдения;
- б) 3 типа восприятия и наблюдения;
- в) 2 типа восприятия и наблюдения.

6. Принцип индивидуализации обозначает:

- а) индивидуальную работу с отдельным спортсменом;
- б) работу по формированию индивидуальных черт характера спортсмена;
- в) учёт индивидуальных особенностей каждого спортсмена.

7. Процесс формирования двигательных навыков в спорте состоит из:

- а) 3-х стадий;
- б) 4-х стадий;
- в) 2-х стадий.

8. Общие признаки психического перенапряжения проявляются в виде:

- а) капризность, неустойчивости настроения, внутренней раздражительности;
- б) быстрой утомляемости, снижении работоспособности, расстройстве сна;
- в) общего депрессивного фона настроения, тревожности, высокой ранимости.

9. Психодиагностика решает следующие задачи:

- а) отбор спортсменов и комплектование спортивных команд, прогнозирование успехов, оценка психического состояния спортсменов;
- б) отбор спортсменов и комплектование спортивных команд, определение слабых сторон спортсменов, получение компрометирующей информации;
- в) отбор спортсменов и комплектование спортивных команд, прогнозирование успехов, получение компрометирующей информации.

10. Социометрия – это измерение:

- а) темперамента и характера;
- б) взаимоотношений в группе;
- в) эмоциональных состояний.

11. Спортивные группы делятся на:

- а) большие и малые;
- б) большие и средние;
- в) средние и малые.

12. Неформальный лидер – это член группы:

- а) участвующий в неформальных объединениях(группах);
- б) позиция которого завоёвывается благодаря симпатиям и уважению большинства группы;
- в) участник неформальных объединений(групп), позиция которого завоёвывается благодаря симпатиям и уважению большинства группы.

13. Процесс осуществления работы с лидером делится на 3 этапа:

- а) подготовительный, рабочий, послерабочий;
- б) подготовительный, стадия готовности, завершающий;
- в) подготовительный, основной, заключительный.

14. Основу спорта составляют 3 элемента:

- а) приём, тренировка, отсев;
- б) отбор, тренировка, соревнования;
- в) отбор, соревнования, отсев.

15. Психологическая готовность спортсмена к соревнованиям определяется:

- а) спокойствием, уверенностью в себе, боевым духом;
- б) агрессивностью, самоуверенностью, боевым духом;
- в) спокойствием, самоуверенностью, боевым духом.

16. К методам саморегуляции относятся:

- а) аутогенная тренировка, простейшие методы саморегуляции, идеомоторная тренировка;
- б) аутогенная тренировка, гипноз, идеомоторная тренировка;
- в) аутогенная тренировка, беседа, убеждение.

РЕФЕРАТ на избранную тему

(развернутое сообщение по определенной теме с использованием ранее опубликованной информации научного, социально-политического, юридического, экономического, культурно-художественного содержания).

Требования: не менее 5 страниц и 10 литературных источников.

Критерии оценивания: от 6-12 баллов.

Примерные темы:

1. Особенности психологической подготовки в спорте.
2. Общая и специальная психологическая подготовка в спорте.
3. Сравнительная характеристика деятельности преподавателя физической культуры и тренера.
4. Психологические особенности спортивного соревнования.
5. Психологические особенности развития двигательных навыков.
6. Специализированные восприятия в спорте.
7. Психологическая характеристика деятельности преподавателя физической культуры.
8. Психология здорового образа жизни.
9. Психологические основы тактической подготовки.
10. Особенности личности спортсменов в разных видах спортивной деятельности.
11. Педагогическое общение.
12. Психологические особенности личности преподавателя и тренера.
13. Психология малых групп.
14. Лидерство в спорте.
15. Психическая работоспособность.
16. Приемы регуляции психических состояний.
17. Повышение мотивации к занятиям физической культурой.
18. Психическая надежность в спорте.
19. Развитие личностных качеств учащихся в образовательном пространстве урока физической культурой. Формирование предметных, метапредметных и личностных результатов деятельности учащегося.
20. Психоспортограмма: требования спортивной деятельности к спортсмену.
21. Индивид, личность, индивидуальность в спорте.
22. Индивидуальная психологическая самоподготовка юного спортсмена.
23. Саморегуляция психоэмоционального состояния детского тренера: реальное и идеальное.
24. Методы разрешения спортивных споров, конфликтов.
25. Научно-теоретические и прикладные аспекты психологии физической культуры и спорта.

ДОКЛАД на избранную тему

(анализ какой-либо темы, опирающийся на всестороннее исследование проблемы или ее отдельных аспектов. Доклад строится по принципу демонстрации определенной позиции автора, подкрепленной научно-исследовательскими работами в этой области со ссылками на источники, цитатами и обоснованием авторского мнения).

Критерии оценивания: от 6-12 баллов.

Примерные темы:

1. Составьте педагогический кодекс тренера.
2. Опишите конфликтную ситуацию, наблюдаемую вами в спорте, и оцените эффективность ее разрешения.
3. Оцените стиль руководства кого-либо из известных тренеров (по материалам публикаций в прессе или собственных наблюдений).
4. Подготовьте сценарий спортивного праздника для конкретного контингента, указав воспитательную направленность данного мероприятия.

5. Выявить и проанализировать предлагаемые способы и направления решения проблемы повышения эффективности учебно-тренировочного и соревновательного процесса по виду спорта и дать собственную оценку.
6. Тренерские ситуации.
7. Подготовьте доклад на тему «Педагогическая школа выдающихся тренеров» (на примере своей специализации).
8. Составьте перечень умений, которыми должен обладать тренер – преподаватель и критерии их оценки.
9. Разработать и дать свой вариант разрешения сформулированной преподавателем проблемной педагогической ситуации.

ЭССЕ на избранную тему

(изложение собственного мнения студента, собственный взгляд на избранную тему).

Требования: 1 страница.

Критерии оценивания: от 6-12 баллов.

Примерные темы:

1. Психологические особенности профессиональной деятельности спортивного агента.
2. Профессиограмма «Спортивный агент».
3. Психологическая характеристика профессиональных трудностей при реализации комплексного сопровождения спортсмена на этапах развития спортивной карьеры.
4. Психологические навыки и способности, обеспечивающие успешность агентской деятельности.
5. Социально-психологический климат в системе «спортивный агент-юный спортсмен-родитель».
6. Профессиональная коммуникация в системах «тренер-юный спортсмен», «спортивный агент-юный спортсмен».
7. Профессиональная компетентность тренера и спортивного агента в средствах и методах психорегуляции и психогигиены.
8. Психологическая готовность к реализации агентской деятельности в спорте.
9. Адаптация спортсмена-юниора в профессиональном спорте: проблемы, участники процесса, пути оптимизации.
10. Психологические аспекты профессиональной деятельности спортивного агента.
11. Методы разрешения спортивных споров, конфликтов.
12. Авторитет учителя физической культуры.
13. Стиль деятельности учителя физической культуры.
14. Авторитет детского тренера.
15. Стили деятельности тренера.
16. Мотивация спортсмена.
17. Способы повышения мотивации школьников к уроку физической культурой.

КОМПЕТЕНТНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЕ ЗАДАНИЯ

(отражают психологическую профессиональную готовность к реализации видов профессиональной деятельности: учитель физической культуры, тренер, спортивный агент).

Критерии оценивания: от 6-12 баллов.

Задание 1. Юридическое сопровождение: заключение договоров как с клиентом, так и от имени клиента.

Практическое задание: из различных частей контракта спортсмена, предложить студенту на выбор, выявить необходимые фрагменты договора и составить их в смысловой последовательности.

Задание для самостоятельной подготовки: изучить требования к оформлению контракта спортсмена, в том числе несовершеннолетнего.

Задание 2. Медико-биологическое сопровождение.

Практическое задание 1: оценить особенности вработывания спортсмена, характер влияния спортивной нагрузки различной направленности, динамику восстановительных процессов. Выявить особенности динамики работоспособности.

Практическое задание 2: выявить виды травм, их причины, обстоятельства получения (в клубе, лиге, виде спорта и других).

Задание для самостоятельной подготовки: изучить основные виды восстановительных средств, комплексное использование которых позволит спроектировать индивидуальную систему восстановления спортивной работоспособности.

Задание 3. Научно-методическое сопровождение.

Практическое задание 1: определить специфику измерения и оценку спортивного результата в избранном виде спорта по объективным, субъективным, процессуальным и результативным критериям, которые могут повлиять на изменение контракта в части финансовых характеристик.

Практическое задание 2: оценить успешность карьер игроков финала молодежного (юниорского, юношеского и других) чемпионата мира в выбранном виде спорта в определенный год.

Задание для самостоятельной работы: освоить основы спортивной подготовки юных и квалифицированных спортсменов (выделить вид и этапы подготовки).

Задание 4. Психологическое сопровождение.

Практическое задание: составить психологический портрет личности спортсмена; выявить особенности мотивационной, волевой, когнитивной сфер, охарактеризовать личностные смыслы, специфику регулятивных способностей, выявить помеховлияния и сбивающие факторы.

Задание для самостоятельной подготовки: изучить средства и методы диагностики развития спортивно значимых качеств и способностей спортсмена, обеспечивающих готовность к соревновательной деятельности.

Задание 5. Рекламное сопровождение. Привлечение внимания потенциального работодателя к своему клиенту, создание благоприятного образа (имиджа) спортсмена.

Практическое задание: выбрать известного спортсмена и основываясь на его имидже, разработать 3-4 этапа PR-продвижения спортсмена.

Задание для самостоятельной подготовки: изучить основные этапы PR-продвижения.

Задание 6. Экономическое сопровождение.

Практическое задание: на основе условной суммы, находящейся на счету спортсмена и использования Интернета, предложить 2-3 реальных объекта инвестирования средств.

Задание для самостоятельной подготовки: изучить структуру и основополагающие бизнес-плана.

Задание 7. Проведение переговоров.

Практическое задание: в формате «руководитель физкультурно-спортивной организации – агент» заинтересовать руководителя в необходимости заключения сотрудничества с опекаемым спортсменом, опираясь на заданные качественные характеристики.

Задание для самостоятельной подготовки: изучить основные правила проведения переговоров в формате «продавец – покупатель».

Задание 8. Планирование работы организации: сбор и анализ значимой информации, оценка, сравнение и ее усвоение; постановка целей задач, планирование, подготовка и принятие решений.

Практическое задание 1: распланировать свою рабочую неделю с учетом определенных вводных и доминирующих видов деятельности.

Практическое задание 2: выявить страховые организации, предоставляющие необходимые услуги для защиты спортсмена, сравнить данные услуги.

Задание для самостоятельной подготовки: изучить сущность и содержание планирования и принятия решений.

Задание 9. Профессиональный отбор клиентов.

Практическое задание: на основе анализа видеозаписей спортивной деятельности и межличностного общения, выявить слабые и сильные стороны спортсмена.

Задание для самостоятельной подготовки: изучить смысловые поля понятий «спортивное соревнование», «конкуренция», «отбор», «субъективные и объективные составляющие отбора», «психолого-педагогическая характеристика вида спорта».

Задание 10. Изучение и учет деятельности конкурентов.

Практическое задание: на основе изучения электронных ресурсов, составить список действующих агентов в избранном виде спорта. Выбрать одного из агентов и охарактеризовать специфику его профессиональной деятельности, применяя критерии результативности и перспективности профессиональных выборов.

Задание для самостоятельной подготовки: создать профессиональный портрет деятельности определенного агента; выявить факторы, обеспечивающие его профессиональную информационную компетентность.

КЕЙС-ЗАДАЧИ

(проблемно-ситуационный анализ с целью выбора практического решения из предложенных вариантов ответов).

Критерии оценивания: правильный ответ – 2 балла.

Задача 1. Укажите, какие из перечисленных утверждений относятся к общей психологической подготовке спортсменов, а какие к специальной:

1. Оценка и самооценка тренированности.
2. Овладение идеомоторной тренировкой.
3. Воспитание высокой личной ответственности перед коллективом.
4. Формирование уверенности спортсмена в возможности добиться высоких результатов.
5. Овладение приемами саморегуляции.
6. Воспитание волевых качеств спортсмена.
7. Актуализация готовности к максимальным волевым усилиям.
8. Воспитание умения преодолевать все увеличивающиеся трудности.

Задача 2. Определите, к какому виду психологической подготовки можно отнести следующие факты.

1. Чемпион мира по стендовой стрельбе Ишель Каррегал на вопрос корреспондента: «...Вы не избегаете тренировок с холостым патроном?» — ответил: «Это само собой, но еще ежедневно час-другой, сидя в кресле, я мысленно повторяю все движения на стенде. Очень полезный прием. Правда, никто из домашних даже не подозревает, чем именно я занят в эти минуты».

2. Тренер штангистов П. Савицкий рассказал, что однажды Д. Ригерт вошел в зал, где тренировались члены сборной команды общества «Труд», увидел штангу и сказал: «Я ее сейчас вырву». Посчитали - на штанге 160 кг. Ригерт попросил: «Дайте только один подход на 90 кг». Дали... Ригерт стоял у этой штанги четыре минуты. Казалось, что он ничего не делает, но на лбу у него выступили капли пота и струйками потекли по щекам. Поднял 90 кг. Тут же подошел к штанге 160 кг и ее тоже поднял. Его спросили: «Зачем это тебе?» Он ответил: «После баранки в Мюнхене учусь собираться в любых условиях».

Задача 3. Укажите, какие из перечисленных предложений по регуляции эмоционального состояния вы считаете полезными, а какие нецелесообразными и почему?

1. Известный голландский конькобежец К. Форкерк рассказывает: «Накануне ответственного соревнования вечером Эдди Ферхейн предложил немного прогуляться вдвоем. Я отказался. Лучше пойду один.

Позже я пожалел об этом, но в тот момент не мог иначе. Очень нервничал. Если бы пошли вместе, может, за разговорами рассеялись бы мои переживания, но я остался один, как всегда, — такая уж моя система подготовки.

Утром я уже чувствовал себя превосходно: встал в отличном настроении и постоянно твердил себе: "Я должен выиграть!"».

2. Он же: «Я считаю, что успех спортсмена на 90% зависит от него самого. Умение сконцентрироваться, войти в форму, верить в собственные силы — кому, как не спортсмену самому думать об этом? Но остаются еще 10% успеха, которые зависят от тех, кто рядом, от ваших спутников(друзья, тренер, психолог, врач)».

3. Л. Латынина (олимпийская чемпионка по гимнастике) вспоминает: «Во время выступления я никогда не смотрю в зал. Я никогда не могу задерживаться взглядом на чьем-то лице, улыбнуться судье. Я никого не вижу, никого не могу заметить. Вижу снаряд или ковер и знаю - зритель здесь, в зале. Выступаю я для них - да, конечно. Выступаю я для себя - разумеется. Я перестану соревноваться в тот день, когда пойму, что уже не приношу радости людям и себе. А пока это не так, я готова бороться».

Задача 4. Среди примеров, раскрывающих переживания спортсменов перед началом или в ходе соревновательной борьбы, найдите: а) спортивное воодушевление; б) спортивную злость; в) соревновательное или игровое увлечение; г) предстартовое возбуждение; д) спортивный азарт или перевозбуждение.

1. Ю.Власов (неоднократный чемпион мира) вспоминает, что однажды, накануне выступления в международном соревновании по тяжелой атлетике, он пытался заснуть. И хотя в комнате было темно и очень спокойно, сон не шел. Лежал и думал о соревновании. Наверное, минуло несколько часов, прежде чем он задремал. Это был чуткий, напряженный сон.

2. П.Снелл перед последним поворотом вложил все силы в финишный спурт. Сражаясь на прямой, он не думал ни о чем, кроме надвигающейся ленточки. Тогда он почти потерял сознание и, пробежав финишный столб, упал в чьи-то руки. Как рассказывает сам Питер: «Я не помню этого... Это была самая быстрая миля в моей жизни — и это позволило нам побить рекорд».

3. П.Снелл рассказывает о соревновании в беге на 880 ярдов, где единственным его соперником был Дж. Керр, которому он однажды проиграл на этой дистанции. «Я мирно дрейфовал вдоль предпоследней прямой, когда вдруг Джордж пролетел мимо. В мозгу молнией вспыхнуло воспоминание о прошлом проигрыше. Ну, нет, это не повторится снова.

С отчаянной решимостью я принялся преследовать Джорджа на последнем вираже. Когда мы вышли на прямую, я был на ярд позади. Джордж бежал в полную силу, и я пядь за пядью продвигался к нему в отчаянной битве. Мы прошли 800-метровую отметку грудь в грудь... Я сорвал ленточку на грудь впереди».

4. Ю.Власов вспоминает о выступлении на международном соревновании, в котором он победил: «Прикосновение к железу штанги... и я с наслаждением, даже с каким-то восторгом захватывал руками гриф. Крепче и крепче. Это был прекрасный мир мгновенных движений, гудения мускулов и счастья. В этом мире не было сомнений...»

5. К.Феркерк(конькобежец): «Он начал бег со временем лучшим, чем мое, закончил же дистанцию наравне с Ардом Схенка. Страх и сомнения усиливались. Так всегда бывает, когда следишь за временем основного конкурента... Нервы не выдерживают напряжения. Ты знаешь, что бежал хорошо. И одновременно испытываешь неимоверный страх, что тебя опередят».

6. Футболист первого разряда рассказывает: «В очень ответственном матче я, отыгрывая мяч вратарю, закатил мяч в свои ворота. Играл я в очень возбужденном состоянии и это в какой-то мере объясняет мою нерасчетливость. Если я нахожусь в сильном возбуждении, то в любом матче начинаю делать необычные для себя ошибки, теряю быстроту реакции, хуже ориентируюсь».

7. Футболист(мастер спорта) говорит, что как только начинается игра, все волнение пропадает, увлекаешься игрой, забываешься вплоть до того, что не замечаешь окружающих зрителей. Возникает стремление сделать игру возможно более острой, интересной.

8. На международных соревнованиях по гимнастике борьба за абсолютное первенство, по существу, шла между Т. Аниной и Л. Латыниной. Победила Латынина. Она рассказывает о своем разговоре с аниной после соревнований: «...«А вообще-то ты не должна была у меня выиграть». Вот это уже правда. Честно сказать, я отнеслась к этим словам тогда спокойно: я действительно не была уверена, что выиграла по праву. И сказала в ответ, что она отыграется, еще будет где. Она согласилась: "Обязательно отыграюсь"».

Задача 5. Определите, какие предстартовые состояния (стартовая лихорадка, стартовая апатия, состояние боевой готовности, самоуспокоенность, спокойная уверенность) переживают спортсмены в приведенных случаях.

1. Ю. Власов вспоминает: «В 1959 году на Варшавском чемпионате по тяжелой атлетике в борьбе за золотую медаль я столкнулся с американцем Джимом Бредфордом и едва не проиграл. Он буквально подавил меня в первом же упражнении — жиме, опередив на 10 кг... Я был совсем новичком и впервые выступал в таких соревнованиях. И я растерялся. Растерялся настолько, что мне подумалось: "Победить невозможно". Штанга валилась из рук. На душе было скверно... казалось, уже не было силы, которая смогла бы заставить мои мышцы драться за победу».

2. Спортсмен чувствовал себя предельно собраным и вместе с тем — абсолютно уверенным. Чувствовал себя бодрым и сильным, был готов к борьбе.

3. К. Феркерк рассказывает: «Для меня последняя дистанция (10000 м) была решающей. Я должен был выиграть ее, чтобы стать чемпионом мира. Разница в одну десятую долю секунды могла стать фатальной. Напряжение страшное... не

казалось, что великаны стоят на моем пути и тянут меня назад. Никогда раньше я так не боялся дорожки. Я чувствовал себя побежденным уже на старте. И все же я вышел на старт. Я с трудом финишировал. Разбитый. Без славы».

4. Спортсмен был вполне удовлетворен течением тренировки и не беспокоился... Он сознавал свои возможности, и пока результаты были с ним в согласии, ему не нужно было ничего другого. Он твердо верил, что если предварительная работа проделана добросовестно, конечный результат будет ее логическим следствием... Перед соревнованием чувствовал себя вполне свежим.

5. Заслуженный тренер СССР Г.Д. Качалин рассказывает, что в 1961 г. (он был тренером сборной команды СССР) за несколько дней до игры футболисты нашей команды наблюдали за игрой своих будущих соперников. Последние провели эту встречу слабо и неинтересно, хотя команда имела славные традиции и была довольно сильной. После этого наши игроки стали относиться к предстоящему матчу как к простой формальности. И сколько и не убеждали в том, что противник силен и может играть хорошо, — ничего не помогало. Ребята были уверены в легкой победе. В матче с советской командой противники играли хорошо, первый тайм наши футболисты проиграли 0:1.

6. Мастер спорта по футболу рассказывает, что обычно перед ответственным матчем он испытывает нервное возбуждение, волнение. Перед ним встают всевозможные игровые ситуации, которые он мысленно разрешает тем или иным путем, представляя себе способы борьбы, чувствует волнение и с нетерпением ждет начала соревнований.

7. Мастер спорта по футболу (вратарь) рассказывает, что его перед игрой преследует назойливая мысль о возможности поражения, несмотря на то, что команда, против которой предстоит играть, много слабее той, в которой он играет.

Задача 6. Укажите, какие средства психологической подготовки использованы тренерами в следующих примерах.

1. Лыжник получил задание: пройти дистанцию 5 км в максимальном темпе, без отдыха; при этом на лыжи была нанесена совершенно не подходящая по погодным условиям мазь.

2. В беседе со спортсменом-лыжником тренер попросил его ответить на вопрос: «Ты участвуешь в соревнованиях, в эстафете. Находишься на дистанции. Но вдруг у тебя ломается палка. Что ты будешь делать?».

Задача 7. Определите, какие стадии психического перенапряжения (нервозность, прочная стеничность, астеничность) присутствуют у спортсменов в указанных ситуациях.

1. Легкоатлет (прыжки в высоту): Спортсмен старательно выполняет задание тренера на тренировочном занятии, но периодически выражает свое недовольство условиями тренировки: ему кажется, что планка установлена неровно, тренер грубо с ним обращается, он жалуется на неустойчивость погоды, к тому же он «неважно» себя чувствует, а тренер при этом много от него требует.

2. Фехтовальщик: Спортсмен на протяжении всей тренировки грустный, у него плохое настроение, угнетенный вид, он занимается без всякого желания и постоянно ищет причину лишней раз присесть (якобы рапира требует ремонта и т.п.).

Тренеру сказал, что тот зря теряет время на него; он все равно бросит занятия спортом: устал и чувствует, что уровень, который достигнут им, — это предел. В конце тренировки этот спортсмен устроил скандал с товарищами из-за того, что они назвали его слабаком.

Задача 8. Ответьте, каково влияние как активных и пассивных, так и положительных и отрицательных эмоций на деятельность спортсмена в приведенных ситуациях.

1. «Наиболее замечательным в этих соревнованиях было то, насколько быстро и легко я пришел в себя. Я уже испытывал нечто подобное после хороших выступлений, и это доказывает, что способность к восстановлению действительно зависит от состояния сознания. Когда вы знаете, что добились чего-то действительно стоящего, организм погружается в спокойное состояние, в котором все функции легко возвращаются в норму».

2. Матчу сборной команды СССР с аргентинскими футболистами предшествовало появление в аргентинской прессе отрицательных отзывов о нашей сборной, которая впервые выступала в этой стране. Прогнозировали неизбежное поражение сборной СССР со счетом 0:3, 0:4. Отрицательные характеристики на отдельных наших игроков были особенно предвзяты. Однако все это оказало мобилизующее влияние на футболистов. Прочтя газеты, они настроились на настоящий бой. Впервые в истории Аргентина проиграла на своем поле (1:2).

3. «В течение первого круга(в беге на дистанции 880 ярдов) лидером был Гарри Филпотт, а на предпоследней прямой второго круга я вышел вперед. Я вел бег очень уверенно, как вдруг внезапно Джордж сделал спринтерский рывок и в мгновение ока оставил меня позади. Он прошел мимо с таким ускорением, что я до определенной степени потерял контроль над собой. Когда я пришел в себя, он был уже на пять ярдов впереди и, даже взяв себя в руки, я смог преследовать его весьма вяло».

4. «Сколько раз я читала и слышала про полную опустошенность после победы, смертельную усталость, даже сомнения. А стоило ли опять вступать в эту жесткую игру? Я никогда не переживала подобного. И после победы продолжает действовать тот огромный заряд, что накапливался перед соревнованиями. Карусель так раскручивалась, что остановить ее сразу было невозможно. У нас хватало сил и на веселье: этому тоже спорт научил».

Задача 9. Укажите, какие из перечисленных приемов саморегуляции следует использовать спортсмену при состоянии «стартовой апатии» и какие — при «стартовой лихорадке».

1. Упражнения с большой амплитудой, небыстрые.
2. Успокаивающий самомассаж.
3. Интенсивная специальная разминка.
4. Дыхательные упражнения с глубоким вдохом и медленным выдохом.
5. Резкие, быстрые движения в неровном ритме.
6. Сосредоточение взгляда на сине-зеленых тонах.
7. Прослушивание любимых мелодий.
8. Идеомоторная разминка.

Задача 10. Объясните, какие из данных признаков относятся к объективным трудностям, а какие — к субъективным и почему?

1. Трудности, обусловленные специфическими для данного вида спорта особенностями.
2. Трудности, одинаковые по своему содержанию для всех спортсменов, занимающихся данным видом спорта.
3. Личное отношение спортсмена к объективным условиям выполнения действий в данном виде спорта.
4. Количественные показатели, варьирующиеся в зависимости от возраста и квалификации спортсмена.

5. Трудности, связанные с особенностями личности спортсмена, его темпераментом и характером.
6. Трудности, различные для представителей одного и того же вида спорта.

Задача 11. Назовите условия, которые обеспечивают эффективность воспитания у спортсменов стремления к волевому усилию.

1. Многократно повторять на занятиях хорошо заученные действия.
2. Периодически использовать тренировочные занятия с предельными нагрузками и минимальным отдыхом между упражнениями.
3. Применять задания, превышающие физические возможности спортсмена.
4. В отдельных случаях увеличивать время тренировок.
5. Постепенно усложняя упражнения, требовать от спортсмена, чтобы он довел все элементы техники до совершенства.
6. Включать в тренировочные занятия сложные и требующие больших физических усилий упражнения, если они доступны для спортсмена (при условии контроля за качеством их выполнения).

Задача 12. Определите, какой из приведенных признаков соответствует тому или иному волевому качеству (смелость, настойчивость, решительность, инициативность, самообладание, целеустремленность, дисциплинированность).

1. Способность преодолевать систематически возникающие трудности.
2. Способность подчинять свои действия установленным правилам и нормам поведения.
3. Способность сознательно идти на преодоление трудностей, связанных с опасностью.
4. Способность управлять своими действиями при сильных эмоциональных переживаниях.
5. Способность быстро принимать правильные решения.
6. Способность объективно оценить спортивную ситуацию, беря на себя ответственность за предпринимаемые действия.
7. Способность сознательно ставить общие и частные цели деятельности.

Задача 13. Какое волевое качество проявляется у спортсменов в данных примерах? По каким признакам вы это определили?

1. Баскетболист (мастер спорта), стремительно направляясь с мячом к щиту противника, вдруг заметил, что игроки его команды намного отстали от него и не в состоянии содействовать успешному исходу начатой комбинации. Считая бросок в кольцо или передачу мяча какому-либо игроку своей команды нецелесообразным, он неожиданно для всех, с целью выиграть время, ударил мячом по щиту противника. Это действие вызвало панику у защитника, а баскетболист, схватив отскочивший от щита мяч, направил одному из игроков своей команды, который уже занял удобную позицию для совершения броска по корзине противника.

2. Большой силы воли требует умение не реагировать на ложные атаки. Если новичок сумеет удержать себя от реакции на ложную атаку, то специально записанная миограмма всегда покажет, что он чуть было не среагировал, но сдержался. Мастер всегда тормозит свои реакции более уверенно, даже на миограмме не всегда можно увидеть, стоило ли ему это значительных внутренних усилий.

Задача 14. Укажите, с недостаточным развитием какого волевого качества связан неуспех в следующих ситуациях.

1. Баскетболист на вопрос, почему он в начале игры проявил вялость, ответил, что он вышел на площадку довольно бодрым, с большим удовольствием провел разминку, приступил к игре с бурным желанием победить, однако после начала игры не смог проявить себя: как будто бы почувствовал усталость, хотя это чувство не было похоже на настоящую усталость.

2. В. Муратов (олимпийский чемпион по гимнастике) рассказывает: «Моя вера в силу и непоколебимость Чукарина была безгранична... Ни разу даже не зарождалась мысль о том, чтобы опередить Виктора. Самое большее, о чем я мечтал, встречаясь с ним на соревнованиях, это как можно меньше отстать от него. Всякий раз, когда мы вместе находились на помосте, я ощущал какую-то скованность, был чересчур осторожным».

Задача 15. Какими психологическими особенностями личности спортсмена можно объяснить эти данные?

«Оказывается, что чем моложе спортсмены и чем ниже их спортивные разряды, тем большее количество у них мотивов, которые побуждают их заниматься тяжелой атлетикой. Например, у тяжелоатлетов-новичков в среднем один спортсмен руководствуется почти шестью мотивами, в то время как для кандидатов в мастера спорта в среднем достаточно четырех мотивов, в группе ветеранов спорта среднее количество мотивов на одного человека еще снижается...»

Было замечено, что наиболее яркие представители этой категории спортсменов, как правило, руководствуются только одним или двумя мотивами».

Задача 16. Известны четыре типа направленности личности по отношению к спортивной деятельности: 1) тип спортивной направленности; 2) тип физкультурно-оздоровительной направленности; 3) тип полуспортивной направленности; 4) тип раздвоенной или противоречивой направленности.

Какому типу направленности личности соответствуют предлагаемые характеристики?

1. Представители этой категории отличаются отсутствием у них стремлений к спортивному росту и совершенствованию. Это прежде всего отражается на их целях, которые ограничиваются лишь намерением в ходе дальнейших тренировок укрепить свое здоровье и физическое развитие или даже хотя бы поддерживать их на ранее достигнутом уровне.

2. Сущность этого варианта заключается в том, что спортсмены этой категории ставят перед собой спортивные по характеру цели, а мотивы их не спортивные, т.е. оздоровительные или направленные на физическое развитие.

В этом варианте направленности отчетливо проявляется тенденция многих спортсменов к завышению притязаний.

3. К данной группе относятся все спортсмены, которые, независимо от возраста и уровня спортивного мастерства, в своих планах на будущее обязательно предполагают достижение каких-то спортивных результатов или повышение уже имеющихся. Для них характерно наличие стремления к спортивному росту и совершенствованию.

4. В этой группе главной психологической особенностью спортсменов следует считать относительную умеренность спортивных притязаний... и в тоже время наличие у них в качестве руководящих побуждений мотивов соперничества.

Умеренность большинства спортсменов этой категории выражается в том, что они ставят перед собой такие доступные цели, как намерение попробовать свои силы в спорте, попытаться стать настоящим спортсменом и при возможности получить какой-нибудь спортивный разряд.

Задача 17. Определите, какие из указанных ниже черт характера относятся к следующим группам: 1) моральные черты; 2) волевые черты; 3) эмоциональные черты; 4) отношения в коллективе; 5) отношение к повышению спортивного мастерства. а) внушаемость(мнимость, вера в приметы и т.п.); б) смелость; в) ответственность, долг; г) увлеченность; д) общительность; е) доброжелательность; ж) самообладание в экстремальных условиях; з) чувство спортивной чести; и) болезненное отношение к спортивным неудачам; к) исполнительность; л) наблюдательность; м) инициативность; н) уважение к товарищам; о) сильное переживание радости победы, бурное ее проявление; п) патриотизм; р) требовательность к себе и другим; с) аккуратность; т) уверенность в своих силах.

Задача 18. О каких индивидуальных психологических свойствах личности (способности, темпераменте, характере) идет речь в данном отрывке? «Ты, - говорят мне, - Славка, какой-то одержимый... Да, я был одержим мечтой стать классным гонщиком. В те годы рядом со мной тренировалось много ребят. Были среди них и повыше меня, и покрепче, намного физически одаренней. Но одни из них не выдерживали нагрузок, другие - бремя жестокого режима. А я вот остался, когда никто из специалистов и не пророчил мне высоких скоростей. Никто, за исключением Павла Константиновича Колчина. Только труд и еще труд - до седьмого пота, до конечной стадии усталости может совершить чудеса. Когда мои коллеги, показывая мне того или иного новичка, говорят, что он талантлив, я этому не придаю никакого значения. Лишь проверив его в деле, я могу сказать- стоит ли он чего-либо или не стоит».

ИТОГОВАЯ ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

(мультимедийная презентация по заданной теме).

Требования к содержанию и защите:

- а) не менее 10 слайдов.
- б) структура мультимедийной презентации:
 - титульный лист;
 - оглавление;
 - содержание (изложение учебного материала) в виде текстовой, графической информации, аудио и видеоматериалов;
 - система самоконтроля и самопроверки;
 - словарь терминов;
 - использованные источники с краткой аннотацией.

Критерии оценивания: от 6-12 баллов.

Примерные темы:

1. Предстартовые психические состояния спортсмена.
2. Психологические основы отбора в спорте.
3. Общая и специальная психологическая подготовка спортсмена.
4. Основы психорегуляции в спорте.
5. Методы гетерорегуляции.
6. Методы ауторегуляции.
7. Идеомоторная тренировка.
8. Предстартовое безразличие.
9. Боевая готовность.
10. Предстартовая лихорадка.
11. Предстартовая апатия.
12. Основы психогигиены в спорте.

Перечень учебно-методических изданий кафедры по вопросам организации самостоятельной работы обучающихся

1. Панова Е.О. Практикум для самостоятельной работы по предмету «Психология физического воспитания и спорта» – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И. Н. Ульянова», 2017. – 50 с.

7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Организация и проведение аттестации бакалавра

ФГОС ВО в соответствии с принципами Болонского процесса ориентированы преимущественно не на сообщение обучающемуся комплекса теоретических знаний, но на выработку у бакалавра компетенций – динамического набора знаний, умений, навыков и личностных качеств, которые позволят выпускнику стать конкурентоспособным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться.

В процессе оценки бакалавров необходимо используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля. При этом постепенно традиционные средства совершенствуются в русле компетентного подхода, а инновационные средства адаптированы для повсеместного применения в российской вузовской практике.

Цель проведения аттестации – проверка освоения образовательной программы дисциплины-практикума через сформированность образовательных результатов.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить крупные совокупности знаний и умений, формирование определенных компетенций.

7.1. Перечень компетенций, с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы:

Компетенции	Этапы формирования компетенций	Показатели формирования компетенции - образовательные результаты (ОР)		
		Знать	Уметь	Владеть
Готовность к психолого-педагогическом у сопровождения воспитательного процесса (ОПК-3)	Теоретический (знать) сущность теоретических основ психологии и педагогики, необходимых для обеспечения сопровождения учебно-воспитательного процесса на различных уровнях образования	ОР-1 - частично теоретические основы психологии и педагогики, необходимые для обеспечения сопровождения учебно-воспитательного процесса на различных уровнях образования		
		ОР-2		

		<p>- системное представление о теоретических основах психологии и педагогики, необходимых для обеспечения сопровождения учебно-воспитательного процесса на различных уровнях образования</p>		
	<p>Модельный (уметь) уметь: использовать законы, закономерности, методы, формы, технологии, средства обучения и воспитания и для профессионального психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса</p>		<p>ОР-3 - фрагментарно использовать законы, закономерности, методы, формы, технологии, средства обучения и воспитания и для профессионального психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса</p> <p>ОР- 4 - систематически использовать законы, закономерности, методы, формы, технологии, средства обучения и воспитания для профессионального психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса</p>	

	Практический (владеть) навыками предоставления образовательных услуг различным категориям граждан и оказания психолого-педагогической поддержки обучающихся			<p>ОР-5 - некоторыми навыками предоставления образовательных услуг различным категориям граждан и оказания психолого-педагогической поддержки обучающихся</p> <p>ОР- 6 - в совершенстве навыками предоставления образовательных услуг различным категориям граждан и оказания психолого-педагогической поддержки обучающихся</p>
--	---	--	--	--

7.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания:

№ п /п	РАЗДЕЛЫ (ТЕМЫ) ДИСЦИПЛИНЫ	СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ, используемые для текущего оценивания показателя формирования компетенции	Показатели формирования компетенции (ОР)			
			1	2	3	4
			ПК-6			
1	Введение в психологию физического воспитания и спорта	ОС-1 Контрольная работа	+		+	
2	Психологические основы обучения на уроках физической культуры	ОС-1 Контрольная работа ОС-2 Реферат ОС-6 Кейс-задачи		+	+	
3	Психологические особенности спортивной деятельности	ОС-1 Контрольная работа ОС-2 Реферат	+		+	

		ОС-6 Кейс-задачи				
4	Психологические основы спортивной дидактики	ОС-1 Контрольная работа ОС-2 Реферат ОС-6 Кейс-задачи	+			+
5	Психология личности учителя физической культуры и тренера	ОС-1 Контрольная работа ОС-2 Реферат ОС-3 Доклад ОС-4 Эссе ОС-5 КОЗ	+	+		
6	Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры	ОС-1 Контрольная работа ОС-2 Реферат ОС-4 Эссе ОС-6 Кейс-задачи	+	+	+	
7	Психология личности спортсмена	ОС-1 Контрольная работа ОС-2 Реферат ОС-4 Эссе ОС-5 КОЗ ОС-6 Кейс-задачи	+	+	+	
8	Социальная психология спортивных групп	ОС-1 Контрольная работа ОС-2 Реферат ОС-4 Защита реферата ОС-6 Кейс-задачи		+		+
9	Психологическое обеспечение спортивной деятельности	ОС-1 Контрольная работа ОС-2 Реферат ОС-4 Эссе ОС-5 КОЗ		+	+	+

		ОС-6 Кейс-задачи				
		ОС-7 Итоговая практическая работа				
	Промежуточная аттестация	ОС-8 Экзамен в форме устного собеседования по вопросам				

Критерии и шкалы оценивания

ОС-1 Контрольная работа

Контрольная работа представляет собой тест из 16 вопросов (образец теста приведен в п.6 программы). За каждый правильный ответ на вопрос теста начисляется 2 балл.

Критерии и шкала оценивания

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Знание теоретических аспектов психологии физического воспитания и спорта, знание условий практической реализации суждений в профессиональной деятельности	Теоретический (знать)	32

ОС-2 Реферат

Критерии и шкала оценивания

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Полнота описания, охват источников по теме реферата	Теоретический (знать)	6
Обоснованность излагаемой информации, полнота представленности и раскрытия темы	Модельный (уметь)	6
Всего:		12

ОС-3 Доклад

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Умение создавать базу данных профессиональной литературы и информационных источников. Полнота описания	Теоретический (знать)	6
Владение материалом, умение проектировать суждение.	Модельный (уметь)	6
Всего:		12

ОС-4 Эссе

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Владение материалом, наличие личной и информационной базы, раскрывающие тему эссе.	Теоретический (знать)	6

Оригинальность, обоснованность, полнота изложения своей точки зрения. Умение формировать профессиональное суждение по теме эссе.	Модельный (уметь)	6
Всего:		12

ОС -5 Компетентностно-ориентированные задания

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Несистематизированные неполные знания, не четкое понимание особенностей практической реализации знаний в профессиональной деятельности	Теоретический (знать)	6
Знание теоретических аспектов психологии физического воспитания и спорта, знание условий практической реализации суждений в профессиональной деятельности	Модельный (уметь)	3
Владение материалом, умение проектировать психолого-педагогическое сопровождение обучающегося в области физической культуры / занимающегося спортом со стороны тренера и спортивного агента	Практический (владеть)	3
Всего:		12

ОС -6 Кейс-задачи

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Логическое рассуждение, отсутствие в решении ошибок.	Практический (владеть)	2
Всего:		2

ОС-7 Итоговая практическая работа

Критерий	Этапы формирования компетенций	Максимальное количество баллов
Используются теоретические знания об основных компонентах информационной образовательной среды для выполнения итоговой практической работы в соответствии с требованиями, предъявляемые к структуре и по заданной теме	Теоретический (знать)	6
При выполнении практической работы используются элементы информационной образовательной среды	Модельный (уметь)	3

В процессе защиты итоговой презентации формулируются предложения по использованию элементов информационной образовательной среды	Практический (владеть)	3
Всего:		12

ОС-8 Экзамен в форме устного собеседования по вопросам

При проведении экзамена учитывается уровень знаний обучающегося при ответах на вопросы (теоретический этап формирования компетенций), умение обучающегося отвечать на дополнительные вопросы по применению теоретических знаний на практике и по выполнению обучающимся заданий текущего контроля (модельный этап формирования компетенций).

Критерии и шкала оценивания экзамена

Критерий	Этапы формирования компетенций	Количество баллов
Ответ на вопрос практически отсутствует. Студентом изложены отдельные знания из разных тем, отсутствуют причинно-следственные связи. Речь неграмотная, психологическая терминология не используется. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа.	Теоретический (знать)	
Ответ на вопрос складывается из разрозненных знаний. Студентом допущены существенные ошибки. Изложение материала нелогичное, фрагментарное, отсутствуют причинно-следственные связи, доказательность и конкретизация. Речь неграмотная, психологическая терминология практически не используется. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа.	Теоретический (знать)	151-210
Дал недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Нарушены логичность и последовательность изложения материала. Допущены ошибки в употреблении терминов, определении понятий. Студент не способен самостоятельно выделить причинно-следственные связи. Речевое оформление требует поправок, коррекции.	Модельный (уметь)	
- Дал относительно полный ответ на поставленный вопрос. Показано умение мыслить логически, иногда	Модельный (уметь)	271-300

<p>определять причинно-следственные связи. Ответ изложен достаточно последовательно, грамотным языком с использованием современной психологической терминологии. Могут быть допущены заметные недочеты или неточности, частично исправленные студентом с помощью преподавателя или не исправленные.</p>		
<p>- Дал полный, развернутый ответ на поставленный вопрос. Показано умение мыслить логически, определять причинно-следственные связи. Ответ имеет четкую структуру, изложен грамотным языком с использованием современной психологической терминологии. Могут быть допущены 2-3 недочета или неточности, исправленные студентом с помощью преподавателя.</p>	<p>Практический (владеть)</p>	
<p>Дал полный, развернутый ответ на поставленный вопрос. Доказательно раскрыты основные положения. Ответ имеет четкую структуру, изложение последовательно, полностью отражает сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком с использованием современной психологической терминологии. Могут быть допущены 1-2 недочета или неточности, исправленные студентом самостоятельно в процессе ответа</p>	<p>Практический (владеть)</p>	<p>211-270</p>

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы:

Перечень примерных вопросов к экзамену

1. Особенности индивидуального стиля деятельности, общения, руководства.
2. Роль специалиста ФК и С в учебно-воспитательном и тренировочном процессе.
3. Стили руководства спортивной группой и их эффективность.
4. Самообразование и самовоспитание специалиста ФК и С.
5. Личностные качества специалиста ФК и С.
6. Педагогическое мастерство специалиста в области ФК и С.
7. Современный специалист ФК и С в педагогической системе.
8. Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности специалиста.
9. Особенности профессионально-педагогической деятельности тренера по виду спорта.

10. Педагогическая культура специалиста: двигательная и речевая культура как составляющие компоненты.
11. Педагогический авторитет и его показатели.
12. Классификация ложного авторитета.
13. Профессиональная некомпетентность, дезадаптация, деформация, их причины и показатели.
14. Профессиональная компетентность спортивного педагога. Основные уровни и показатели.
15. Основные подходы к пониманию сущности педагогического мастерства в современной педагогике спорта.
16. Педагоги — новаторы в спорте.
17. Специфика воспитательной работы с высококвалифицированными спортсменами.
18. Личность и творчество специалиста ФК и С.
19. Творческая деятельность специалиста ФК и С. Семинары, мастер-классы, конференции.
20. Формы повышения квалификации специалиста ФК и С. Критерии и оценка квалификации, и аттестация тренер.
21. Профессия тренера в отечественной системе физической культуры и спорта.
22. Работа специалиста ФК и С по участию и организации в спортивных соревнованиях.
23. Организаторские способности специалиста ФК и С.
24. Особенности деятельности детского специалиста ФК и С.
25. Работа специалиста ФК и С с семьей и общественностью.
26. Личностно-деятельностные подходы в анализе деятельности тренера: мотивы, цели, интересы, способности, воля, характер, личностные качества, опыт, знания, умения и навыки тренера.
27. Познавательные способности специалиста ФК и С. Знания и умения специалиста ФК и С.
28. Развитие знаний и умений специалиста ФК и С в системе профессионального образования и практики.
29. Развитие детского спорта в общеобразовательных школах.
30. Развитие и поддержка уровня судейства соревнований. Содержание и обновление педагогического опыта тренера.
31. Информационные технологии и технические средства в работе специалиста ФК и С.
32. Практические умения специалиста ФК и С.
33. Профессиональная компетентность специалиста в области ФК и С.
34. Виды профессиональной деятельности специалиста в области ФК и С. (проектировочная, конструктивная, организаторская, коммуникативная, двигательная, гностическая).
35. Педагогические способности по Ф. Н. Гоноболину (перцептивные конструктивные, экспрессивные, коммуникативные, организаторские, академические).
36. Подходы к определению содержания понятия «профессиональная компетентность». Профессионально-деятельностный подход, знаниевый подход, личностный подход, системный подход.
37. Уровни педагогической деятельности тренера.
38. Профессиональный интерес. Факторы и условия развития ПИ. Мотивы.
39. Профессионально значимые качества специалиста в области ФК и С.
40. Урок ФК в школе.
41. Спортивная тренировка.
42. Сходства и различия урока ФК и тренировки.

43. Знания, умения и навыки специалиста в области ФК и С.
44. Функции специалиста в области ФК и С.
45. Обязанности и права спортсмена, тренера и представителя команды на соревнованиях.
46. Соревновательная деятельность.
47. Конфликтные ситуации в группе и способы их решения.
48. Физическая культура. Физическое воспитание.
49. Соревнования. Классификация. Присвоение разрядов.
50. Судейская коллегия.
51. Спортивный отбор, спортивная ориентация.
52. Психологическая готовность к работе.
53. Психологические аспекты деятельности тренера.
54. Использование современных информационных технологий в области в ФК и С.
55. Формы психологического воздействия специалиста на воспитанников, спортсменов.
56. Особенности секундирования тренером спортсменов на соревнованиях.
57. Индивидуализация педагогического воздействия тренера на спортсменов.
58. Психологическое обеспечение подготовки спортсмена.
59. Многолетняя подготовка спортсмена.
60. Современная подготовка юных спортсменов.
61. Тестирование в спорте.
62. Научно-методическая работа тренера.
63. Артистизм в тренерской профессии.
64. Юмор в тренерской работе.
65. Сравнительная характеристика деятельности преподавателя ФК и тренера.
66. Лидерство в спорте.
67. Педагогические условия эффективности тренировочного процесса.
68. Современные педагогические технологии обучения и воспитания в спорте.
69. Принципы организации детского спортивного коллектива.
70. Характеристика педагогических технологий и инноваций в области ФК и С.
71. Одаренные дети и особенность.

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенции.

Краткая характеристика процедуры реализации текущего и промежуточного контроля для оценки компетенций обучающихся представлена в таблице:

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика процедуры оценивания компетенций	Представление оценочного средства в фонде
1.	Контрольная работа	Контрольная работа выполняется в форме письменного тестирования по теоретическим вопросам курса. Регламент – 1-1.5 минуты на один вопрос. 16 вопросов, за каждый правильный ответ – 2 балла	Тестовые задания
2	Реферат	Содержание реферата должно соответствовать теме, выдержана структура реферата, изучено 85-100 % источников, выводы четко сформулированы	Темы рефератов

3	Доклад	Публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-исследовательской или научной темы. Тематика докладов выдается на первых семинарских занятиях, выбор темы осуществляется студентом самостоятельно. Подготовка осуществляется во внеаудиторное время. На подготовку дается одна-две недели. За неделю до выступления студент должен согласовать с преподавателем план выступления. Регламент – 3-5 мин. на выступление. В оценивании результатов наравне с преподавателем принимают участие студенты группы	Темы докладов
4	Эссе	Оценивается индивидуальное впечатление, суждение и знания автора по конкретной теме. В эссе должна быть ярко выражена авторская позиция. Регламент – 2-3 мин. на выступление. В оценивании результатов наравне с преподавателем принимают участие студенты группы. Объем – 1 страница	Темы эссе
5	Компетентностно-ориентированные задания	Задания моделирующие практические, профессиональные ситуации, навыки и знания, учителя физической культуры, тренера, спортивного агента	Задания
6	Кейс-задачи	Описание реальных профессиональных ситуаций. Обучающиеся должны исследовать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них	Задачи
7	Итоговая практическая работа	Может выполняться индивидуально либо в малых группах (по 2 человека) в аудиторное и во внеаудиторное время (сбор материала по теме работы). Текущий контроль проводится в течение выполнения лабораторной работы. Прием и защита работы осуществляется на последнем занятии или на консультации преподавателя	Задания для выполнения итоговой практической работы
8	Экзамен в форме устного собеседования по вопросам	Проводится в заданный срок, согласно графику учебного процесса. При выставлении оценки учитывается уровень приобретенных компетенций студента. Компонент «знать» оценивается теоретическими вопросами по содержанию дисциплины, компоненты «уметь» и «владеть» - практико-ориентированными заданиями	Комплект примерных вопросов к экзамену

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на лекционных и лабораторных занятиях путем суммирования заработанных баллов в течение семестра.

**Критерии оценивания знаний студентов по дисциплине
В 4 и 5 семестре**

№ п/п	Вид деятельности	Максимальное количество баллов за занятие	Максимальное количество баллов по дисциплине
1	Посещение лекций	1	6
2	Посещение лабораторных, практических занятий	1	10
3	Работа на занятии	12	120
4	Контрольное мероприятие рубежного контроля	32	32
5	Зачет	32	32
ИТОГО:	2 зачетные единицы		200
1	Посещение лекций	1	9
2	Посещение практических занятий	1	15
3	Работа на занятии	12	180
4	Контрольная работа	32	32
5	Экзамен	64	64
ИТОГО:	3 зачетных единицы		300

Формирование балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся

Семестр		Посещение лекций	Посещение лабораторных и практических занятий	Работа на лабораторных и практических занятиях	Контрольное мероприятие рубежного контроля	Форма контроля
4 семестр	Разбалловка по видам работ	6 x 1=6 баллов	10 x 1=10 баллов	12 x 10=120 баллов	32x 1=32 баллам	32 балла Зачет
	Суммарный макс. балл	6 баллов max	10 баллов max	120 баллов max	32 балла max	200 баллов max
5 семестр	Разбалловка по видам работ	9 x 1=9 баллов	15 x 1=15 баллов	15 x 12=180 баллов	32 балла	64 балла
	Суммарный макс. балл	9 баллов max	24 баллов max	204 баллов max	236 баллов max	300 баллов max

Критерии оценивания работы обучающегося по итогам семестра

По итогам изучения дисциплины «Психология физического воспитания и спорта», трудоёмкость которой составляет 2 ЗЕ и 3 ЗЕ и изучается в 4 и 5 семестре, обучающийся набирает определённое количество баллов, согласно следующей таблице:

По итогам 4 семестра, трудоёмкость которой составляет 2 ЗЕ, бакалавр набирает определённое количество баллов, которое соответствует оценке по принятой шкале,

характеризующей качество освоения знаний, умений и навыков по дисциплине согласно следующей таблице:

Оценка	Баллы (2 ЗЕ)
«зачтено»	более 60
«не зачтено»	менее 60

По итогам 5 семестра трудоёмкость которого составляет 3 ЗЕ, студент набирает определённое количество баллов, которое соответствует оценке по принятой четырёхбалльной шкале, характеризующей качество освоения студентом знаний, умений и навыков по дисциплине согласно следующей таблице:

Оценка	Баллы (3 ЗЕ)
«отлично»	271-300
«хорошо»	211-270
«удовлетворительно»	151-210
«неудовлетворительно»	менее 150

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература:

1. Гиссен Л.Д. Психология и психогигиена в спорте / Л.Д. Гиссен. - 2-е изд., стереот. Москва: Советский спорт, 2010. 159 с.
URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210374>
2. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для пед. вузов / Е. Н. Гогунев, Б.И. Мартыанов. М.: Академия, 2000. 287 с..
Ильин Е. П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2008. 351 с.
3. Психология физического воспитания и спорта: учебник для студентов учреждений высшего образования / под ред. А. В. Родионова, В. А. Родионова. Москва: Академия, 2016. 320 с.
4. Родионов А. В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для вузов физкульт. Профиля. М.: Академический проект: Фонд "Мир", 2004. 570 с.

Дополнительная литература:

1. Ауэрман Т.Л. Основы биохимии: Учебное пособие. М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014 – 400 с. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=460475>
2. Васильева О.С. Психология и культура здоровья. Базовые понятия, концепции и подходы: Учебное пособие. Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета (ЮФУ), 2011. 176 с. URL: <http://znanium.com/go.php?id=550337>
3. Загайнов Р.М. Психологическое мастерство тренера и спортсмена / Р.М. Загайнов. Москва: Советский спорт, 2005. 107 с.
URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210521>
4. Загайнов Р.М. Психология современного спорта высших достижений / Р.М. Загайнов. Москва: Советский спорт, 2012. 292 с. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=21052>
5. Кузьменко Г.А. Психологическое сопровождение тренерской деятельности в ДЮСШ» : Программа курса повышения квалификации для тренеров детско-юношеских спортивных школ / Г.А. Кузьменко. Москва: Прометей, 2014. 53 с.
URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=437287>

Интернет-ресурсы:

- Журнал «Физическая культура в школе». URL: <http://www.choicejournal.ru/show.php?id=1367>
- Научно-методический журнал «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка». URL: <http://lib.sport-edu.ru/Press/FKVOT/>
- Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры». URL: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/>
- Научно-теоретический журнал «Спортивный психолог». URL: <http://lib.psy.sportedu.ru>
- Научно-теоретический журнал «Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта». URL: <http://lib.sportedu.ru>
- <http://standart.edu.ru/>
- <http://kharkov-loko.narod.ru/library/psych/psytired3.htm>
- <http://fizkult-ura.ru/node/134>
- <http://fizkult-ura.ru/node/131>
- <http://kharkov-loko.narod.ru/library/psych/psytired.htm>
- <http://www.khlptu.ru>
- <http://www.rfs.ru>
- <http://www.basket.ru>
- <http://www.khl.ru>
- <http://www.championat.com>
- <http://www.fifa.com>

Электронные библиотечные системы (ЭБС), с которыми сотрудничает «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»

№	Название ЭБС	№, дата договора	Срок использования	Количество пользователей
1	«ЭБС ZNANIUM.COM»	Договор № 2304 от 19.05.2017	с 31.05.2017 по 31.05.2018	6 000
2	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Договор № 1010 от 26.07.2016	с 22.08.2016 по 21.11.2017	6 000

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

Успешное изучение курса требует от обучающихся посещения лекций, активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Запись лекции – одна из форм активной самостоятельной работы обучающихся, требующая навыков и умения кратко, схематично, последовательно и логично фиксировать основные положения, выводы, обобщения, формулировки. В конце лекции преподаватель оставляет время (5 минут) для того, чтобы обучающиеся имели возможность задать уточняющие вопросы по изучаемому материалу. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удастся осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу магистрантов, рекомендуя ту или иную литературу. Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией.

Подготовка к **практически занятиям**.

При подготовке к практическим занятиям магистрант должен изучить теоретический материал по теме занятия (использовать конспект лекций, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, при необходимости дополнить конспект, делая в нем соответствующие записи из литературных источников). В случае затруднений, возникающих при освоении теоретического материала, магистранту следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале практического занятия преподаватель знакомит магистрантов с темой, оглашает план проведения занятия, выдает задание. В течение отведенного времени на выполнение работы магистрант может обратиться к преподавателю за консультацией или разъяснениями. В конце занятия проводится прием выполненных работ, собеседование со магистрантом.

Результаты выполнения практических работ оцениваются в баллах, в соответствии с балльно-рейтинговой системой университета.

Планы практических занятий

Практическое занятие №1 Введение в психологию физического воспитания и спорта.

Вопросы для обсуждения:

1. Цель и особенности физического воспитания.
2. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта.
3. Воспитательное воздействие физической культуры и спорта.

Практическое занятие №2 Психологические основы обучения на уроках физической культуры.

Вопросы для обсуждения:

1. Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости.
2. Организация эффективного восприятия на уроках физической культуры.
3. Особенности мыслительной деятельности.

Практическое занятие №3 Психологические основы обучения на уроках физической культуры

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности проявления памяти.
2. Интерес к физической культуре как фактор, повышающий активность школьников.
3. Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры.

Практическое занятие №4 Психологические особенности спортивной деятельности.

Вопросы для обсуждения:

1. Психологические особенности спортивного соревнования.
2. Характеристика психических состояний в спортивной деятельности.

Практическое занятие №5 Психологические особенности спортивной деятельности.

Вопросы для обсуждения:

1. Состояние психической готовности.
2. Диагностика предстартового состояния.
3. Регуляция предстартовых состояний.

Практическое занятие №6 Психологические основы спортивной дидактики

Вопросы для обсуждения:

1. Психологические особенности физической подготовки.
2. Психологические особенности тактической подготовки.

Практическое занятие №7 Психологические основы спортивной дидактики

Вопросы для обсуждения:

3. Психологические факторы успешности тактических действий.
4. Психологические особенности мышления в спорте.

Практическое занятие №8 Психология личности учителя физической культуры и тренера

Вопросы для обсуждения:

1. Стиль деятельности учителя физической культуры. Способности, необходимые учителю физической культуры.

Практическое занятие №9 Психология личности учителя физической культуры и тренера

Вопросы для обсуждения:

1. Авторитет учителя физической культуры.
2. Психологические особенности личности учителя.

Практическое занятие №10 Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры

Вопросы для обсуждения:

1. Мотивационная сфера школьника.
2. Эмоциональная сфера школьника.
3. Волевая сфера школьника.

Практическое занятие №11 Психология личности спортсмена

Вопросы для обсуждения:

1. Формирование личности спортсмена.

Практическое занятие №12 Психология личности спортсмена

Вопросы для обсуждения:

1. Методика изучения структурных компонентов личности спортсмена.

Практическое занятие №13 Социальная психология спортивных групп

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие и признаки спортивного коллектива.
2. Структура спортивной команды.
3. Динамические процессы в команде.
4. Совместимость в спортивной деятельности.

Практическое занятие №14 Психологическое обеспечение спортивной деятельности

Вопросы для обсуждения:

1. Основные факторы надежности в спорте.
2. Понятие о психической надежности.
3. Прогнозирование надежности выступлений на соревнованиях.
4. Этапы и принципы психологического отбора.

Практическое занятие №15 Психологическое обеспечение спортивной деятельности

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие психорегуляции и ее назначение.
2. Методы психорегуляции.
3. Развитие саморегуляции.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

- * Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.
- * Антивирус ESET Endpoint Antivirus for Windows, лицензия EAV-0120085134, контракт №1110 от 15.12.2014 г., действующая лицензия.
- * Операционная система WindowsPro 7 RUS Upgrd OLP NL Acdmc, Open License: 47357816, договор №17-10-оаз ГК от 29.10.2010 г., действующая лицензия.
- * Офисный пакет программ Microsoft Office Standard 2010 OLP NL Academic, Open License: 60696830, договор №200712-1Ф от 20.07.2012 г., действующая лицензия.
- * Программа для просмотра файлов формата Dj Vu Win Dj View, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.
- * Программа для просмотра файлов формата PDF Adobe Reader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.
- * Браузер Google Chrome, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Образовательный процесс обеспечивается достаточным аудиторным фондом, оснащенный необходимым учебным оборудованием.

Для проведения лекционных занятий могут быть использованы лекционные аудитории; специализированные лекционные аудитории (оснащенные аудиовизуальными и мультимедийными средствами). Для проведения практических занятий, а также промежуточного и итогового тестирования используются малые аудитории, специализированные малые аудитории (кабинет музейного проектирования, технически оснащенные аудитории), компьютерные классы.

Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Площадь 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, дом 4. Аудитория для практических занятий № 43	Телевизор – шт., видеомагнитофон – 1 шт., музыкальный центр – 1 шт., моноблок Lenovo – 8 шт., компьютер в сборе Intel – 1 шт., проектор NEC M361X – 1 шт., стулья – 50 шт., парты – 25 шт., шкаф книжный со стеклом – 2 шт., меловая доска – 1 шт., доска белая магнитная WBASO912 – 1 шт.,	* Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Антивирус ESET Endpoint Antivirus for Windows, лицензия EAV-0120085134, контракт №1110 от 15.12.2014 г., действующая лицензия. * Операционная система WindowsPro 7 RUS Upgrd OLP NL Acdmc, Open License: 47357816, договор №17-10-оаз ГК от 29.10.2010 г., действующая лицензия.
Площадь 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, дом 4. Аудитория для практических занятий № 46 (компьютерный класс)	Компьютер в сборе Intel – 5 шт., стулья – 50 шт., парты – 25 шт., шкаф книжный со стеклом – 2 шт., меловая доска – 1 шт.	* Офисный пакет программ

<p>Площадь 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, дом 4. Лекционная аудитория №47</p>	<p>Компьютер в сборе Intel– 1 шт., проектор NEC M361X – 1 шт., стулья – 50 шт., парты – 25 шт., шкаф книжный со стеклом – 2 шт., меловая доска – 1 шт., доска белая магнитная WBASO912 – 1 шт.</p>	<p>Microsoft Office Standard 2010 OLP NL Academic, Open License: 60696830, договор №200712-1Ф от 20.07.2012 г., действующая лицензия. * Программа для просмотра файлов формата Dj Vu Win Dj View, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p>
<p>Площадь 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, дом 4. Аудитория для практических занятий № 124</p>	<p>Компьютер в сборе Intel– 1 шт., проектор NEC M361X – 1 шт., стулья – 50 шт., парты – 25 шт., шкаф книжный со стеклом – 2 шт., меловая доска – 1 шт., доска белая магнитная WBASO912 – 1 шт.</p>	<p>* Программа для просмотра файлов формата PDF Adobe Reader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p>
<p>Площадь 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, дом 4. Лекционная аудитория №125</p>	<p>Компьютер в сборе Intel– 1 шт., проектор NEC M361X – 1 шт., стулья – 50 шт., парты – 25 шт., шкаф книжный со стеклом – 2 шт., меловая доска – 1 шт., доска белая магнитная WBASO912 – 1 шт.</p>	<p>* Браузер Google Chrome, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p>
<p>Площадь 100-летия со дня рождения В.И. Ленина, дом 4. Лекционная аудитория №217</p>	<p>Компьютер в сборе Intel– 1 шт., проектор NEC M361X – 1 шт., стулья – 50 шт., парты – 25 шт., шкаф книжный со стеклом – 2 шт., меловая доска – 1 шт., доска белая магнитная WBASO912 – 1 шт.</p>	