

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Тульский государственный университет»

Институт педагогики, физической культуры, спорта и туризма
Кафедра «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Утверждено на заседании кафедры
«Физкультурно-оздоровительные
технологии»

«27» января 2022г., протокол №5
Заведующий кафедрой

 С.А. Архипова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Психология физической культуры»

**основной профессиональной образовательной программы
высшего образования – программы бакалавриата**

49.03.01 Физическая культура

с направленностью (профилем)

Физкультурно-оздоровительные технологии

Форма обучения: очная, заочная

Идентификационный номер образовательной программы: 490301-01-22

Тула 2022 год

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ
рабочей программы дисциплины (модуля)

Разработчик(и):

Забродина Т.А., доцент каф. ФОТ, к.пс.н.



1 Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) является формирование целостного представления о психологических особенностях человека и факторах успешности его спортивной деятельности; ознакомление с основными проблемами психологии физической культуры и спорта; обнаружение оптимальных путей достижения цели и преодоления трудностей в процессе физкультурно-спортивной деятельности.

Задачами освоения дисциплины (модуля) являются:

- формирование знаний о закономерностях проявления и развития психики в специфических условиях физического воспитания и спортивной деятельности;
- развитие профессионального мышления и усвоение теоретических основ проектирования, организации и осуществления современного тренировочного процесса, диагностики его хода и результатов;
- выработка умений и навыков применения полученных теоретических знаний в практике физического воспитания и спорта, а также приобретение опыта анализа профессиональных и учебных проблемных ситуаций, организации профессионального общения и взаимодействия, принятия индивидуальных и совместных решений, рефлексии и развития деятельности;
- закрепление полученных знаний в анализе учебно-практических ситуаций.

2 Место дисциплины (модуля) в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина (модуль) относится к обязательной части основной профессиональной образовательной программы.

Дисциплина (модуль) изучается в 7 семестре.

3 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы (формируемыми компетенциями) и индикаторами их достижения, установленными в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы, приведён ниже.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

Знать:

- 1) закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды (код компетенции ОПК-5, код индикатора – ОПК 5.1);
- 2) основные психологические характеристики и приемы социального взаимодействия; основные понятия и методы конфликтологии; характеристики и факторы формирования команд (код компетенции УК-3, код индикатора – УК 3.1).

Уметь:

- 1) воспитывать у обучающихся социально-личностные качества: целеустремленность, организованность, трудолюбие, ответственность, гражданственность, коммуникативность, толерантность; работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические,

конфессиональные и культурные различия (код компетенции ОПК-5, код индикатора – ОПК 5.2);

2) использовать различные стили социального взаимодействия и эффективные стратегии в командной работе (код компетенции УК-3, код индикатора – УК 3.2).

Владеть:

1) способностью использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой (код компетенции ОПК-5, код индикатора – ОПК 5.3);

2) навыками социального взаимодействия и организации командной работы (код компетенции УК-3, код индикатора – УК 3.3).

Полные наименования компетенций и индикаторов их достижения представлены в общей характеристике основной профессиональной образовательной программы.

4 Объем и содержание дисциплины (модуля)

4.1 Объем дисциплины (модуля), объем контактной и самостоятельной работы обучающегося при освоении дисциплины (модуля), формы промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Номер семестра	Формы промежуточной аттестации	Общий объем в зачетных единицах	Общий объем в академических часах	Объем контактной работы в академических часах						Объем самостоятельной работы в академических часах
				Лекционные занятия	Практические (семинарские) занятия	Лабораторные работы	Клинические практические занятия	Консультации	Промежуточная аттестация	
Очная форма обучения										
7	Э	4	144	28	28	-	-	2	0,25	85,75
Итого	-	4	144	28	28	-	-	2	0,25	85,75
Заочная форма обучения										
7	Э	4	144	2	8	-	-	2	0,25	131,75
Итого	-	4	144	2	8	-	-	2	0,25	131,75

Условные сокращения: Э – экзамен, ЗЧ – зачет, ДЗ – дифференцированный зачет (зачет с оценкой), КП – защита курсового проекта, КР – защита курсовой работы.

4.2 Содержание лекционных занятий

Очная форма обучения

№ п/п	Темы лекционных занятий
7 семестр	
1	Предмет и методы психологии ФК. Связи психологии ФК с другими науками.
2	История психологии ФК.

№ п/п	Темы лекционных занятий
3	Уровни построения движений по Н.А.Бернштейну.
4	Диагностика психомоторного развития в детском возрасте.
5	Возрастные особенности формирования двигательных способностей.
6	Психологическая характеристика деятельности учителя физической культуры.
7	Личностные характеристики учителя физической культуры.
8	Профессионально важные качества личности учителя физической культуры.
9	Роль педагогического общения в деятельности учителя физической культуры.
10	Индивидуальный стиль деятельности педагога.
11	Личность и группа. Групповая сплоченность.
12	Межличностные конфликты в спортивной команде.
13	Мотивация спортивной деятельности.
14	Психология спортивной карьеры.

Заочная форма обучения

№ п/п	Темы лекционных занятий
7 семестр	
1	Предмет и методы психологии ФК. Связи психологии ФК с другими науками.
2	История психологии ФК.

4.3 Содержание практических (семинарских) занятий

Очная форма обучения

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
7 семестр	
1	Теория Н.А.Бернштейна об уровне организации движения и формировании двигательного навыка.
2	Психологическая характеристика спортивной деятельности.
3	Техническая и тактическая подготовка к соревнованиям.
4	Психологическая характеристика физических качеств.
5	Особенности волевой сферы спортсменов.
6	Характеристика эмоциональных состояний в спортивной деятельности.
7	Ситуативная и личностная тревожность спортсмена.
8	Методы психологической регуляции в спортивной практике.
9	Виды педагогических способностей.
10	Педагогический такт как основа межличностного взаимодействия.
11	Лидерство в спорте.
12	Формирование спортивной мотивации в школьном возрасте.
13	Роль тренера в формировании спортивной команды.
14	Психодиагностические методики и развивающие игры в спорте.

Заочная форма обучения

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
7 семестр	
1	Теория Н.А.Бернштейна об уровне организации движения и формировании двигательного навыка.

№ п/п	Темы практических (семинарских) занятий
2	Психологическая характеристика спортивной деятельности.
3	Техническая и тактическая подготовка к соревнованиям.
4	Психологическая характеристика физических качеств.

4.4 Содержание лабораторных работ

Занятия указанного типа не предусмотрены основной профессиональной образовательной программой.

4.5 Содержание клинических практических занятий

Занятия указанного типа не предусмотрены основной профессиональной образовательной программой.

4.6 Содержание самостоятельной работы обучающегося

Очная форма обучения

№ п/п	Виды и формы самостоятельной работы
7 семестр	
1	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям
2	Подготовка презентации, доклада
3	Подготовка к тестированию
4	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение

Заочная форма обучения

№ п/п	Виды и формы самостоятельной работы
7 семестр	
1	Выполнение контрольно-курсовой работы
2	Подготовка к практическим (семинарским) занятиям
3	Подготовка к промежуточной аттестации и ее прохождение

5 Система формирования оценки результатов обучения по дисциплине (модулю) в рамках текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося

Очная форма обучения

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося		Максимальное количество баллов	
7 семестр			
Текущий контроль успеваемости	Первый рубежный контроль	Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:	
		Посещение лекционных занятий	8
		Работа на практических занятиях	8
		Подготовка презентации, доклада	14
	Итого		30
	Второй рубежный контроль	Оцениваемая учебная деятельность обучающегося:	

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося			Максимальное количество баллов
	контроль	Посещение лекционных занятий	8
		Работа на практических занятиях	8
		Тестирование	14
		Итого	30
Промежуточная аттестация	Экзамен		40 (100*)

*В случае отказа обучающегося от результатов текущего контроля успеваемости

Заочная форма обучения

Мероприятия текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающегося			Максимальное количество баллов
7 семестр			
Текущий контроль успеваемости		Посещение лекционных занятий	10
		Работа на практических занятиях	20
		Выполнение контрольно-курсовой работы	30
Промежуточная аттестация	Экзамен		40 (100*)

Шкала соответствия оценок в стобальной и академической системах оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

Система оценивания результатов обучения	Оценки			
	Стобальная система оценивания	0 – 39	40 – 60	61 – 80
Академическая система оценивания (экзамен, дифференцированный зачет, защита курсового проекта, защита курсовой работы)	Неудовлетворительно	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
Академическая система оценивания (зачет)	Не зачтено	Зачтено		

6 Описание материально-технической базы (включая оборудование и технические средства обучения), необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) требуется для проведения лекционных занятий учебная аудитория, оснащенная видеопроектором, настенным экраном. Для проведения практических занятий требуется учебная аудитория, оборудованная доской для написания мелом.

7 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

7.1 Основная литература

1. Гиссен Л.Д. Психология и психогигиена в спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие / Гиссен Л.Д. — Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2012. — 160 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/9860> — ЭБС «IPRbooks», по паролю.

7.2 Дополнительная литература

1. Гогонов Е.Н. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для пед. вузов / Е.Н. Гогонов, Б.И. Мартыанов. — М.: Академия, 2000. — 288с.
2. Загайнов Р.М. Проклятие профессии: бытие и сознание практического психолога / Р.М. Загайнов. — М.: Смысл, 2001. — 571с.: ил.
3. Ильин Е.П. Психология физического воспитания: Учебник / Рос. гос. пед ун-т им. А.И. Герцена. — 2-е изд., испр. и доп. — СПб., 2000. — 486с.: ил.
4. Ильинич В.И. Физическая культура студента и жизнь: учебник для вузов / В.И. Ильинич. - М.: Гардарики, 2008. - 366 с.
5. Роженцов В.В. Утомление при занятиях физической культурой и спортом: проблемы, методы, исследования: монография / В.В. Роженцов, М.М. Полевщиков. — М.: Сов. спорт, 2006. — 280с.
6. Хекалов Е.М. Неблагоприятные психические состояния спортсменов, их диагностика и регуляция: Учеб. пособие для физкультур. вузов / Е.М. Хекалов. — М.: Сов. спорт, 2003. — 64с.

8 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. Электронный каталог, обеспечивающим доступ к библиографическим записям, отображающим единый фонд. Режим доступа: <http://library.tsu.tula.ru/>;
2. ЭБС «БиблиоТех»: учебники авторов ТулГУ по всем дисциплинам. Режим доступа: <https://tsutula.bibliotech.ru>;
3. Научная Электронная Библиотека eLibrary – библиотека электронной периодики. Режим доступа: <http://elibrary.ru/>.
4. <http://www.businessstest.ru/> – "Businessstest.ru" - деловые тесты Коллекция тестов, помогающих оценить деловые и личные качества и по итогам анализа скорректировать поведение и изменить ситуацию http://library.tsu.tula.ru/ellibraries/all_news.htm

9 Перечень информационных технологий, необходимых для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

9.1 Перечень необходимого ежегодно обновляемого лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства

1. Текстовый редактор Microsoft Word;
2. Программа для прохождения тестирования;
3. Программа подготовки презентаций Microsoft PowerPoint;
4. Пакет офисных приложений «МойОфис».

9.2 Перечень необходимых современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- Справочная правовая система КонсультантПлюс (<http://www.consultant.ru>).