

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»



Проректор БГПУ

С.И. Коптева

2022 г.

Регистрационный № УД 32-5-18/2022

ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Учебная программа учреждения высшего образования
по учебной дисциплине для специальности
1-03 02 01 «Физическая культура»

2022 г.

Учебная программа составлена на основе образовательного стандарта «Высшее образование. Первая ступень. Специальность 1-03 02 01 – 2021 «Физическая культура», утвержден и введен в действие постановлением Министерства образования РБ от 09.09.2022 г. № 22 и учебного плана по специальности 1-03 02 01 «Физическая культура»

СОСТАВИТЕЛИ:

И.В.Черепанова, заведующий кафедрой психологического обеспечения профессиональной деятельности Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук, доцент;


Н.Н.Поплавский, старший преподаватель кафедры психологического обеспечения профессиональной деятельности Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Е.Д.Беспанская-Павленко, заведующий кафедрой общей и медицинской психологии факультета философии и социальных наук БГУ, кандидат психологических наук, доцент;

Ю.А.Полещук, доцент кафедры общей и организационной психологии Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук, доцент

СОГЛАСОВАНО:

Директор Государственного учреждения образования «Средняя школа № 210 г. Минска»  Т.А.Микульчик

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ

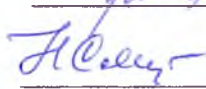
Кафедрой психологического обеспечения профессиональной деятельности Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол № 13 от 20.06.2022)

Заведующий кафедрой  И.В.Черепанова

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол № 7 от 21.06.2022)

Оформление учебной программы и сопровождающих ее материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует

Методист УМО БГПУ  Е.В.Тихонова

Заведующий библиотекой  Н.П.Сятковская

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность изучения учебной дисциплины «Психология физической культуры и спорта»

Психологические знания и умения являются структурным компонентом профессиональной компетентности специалистов в области физкультуры и спорта. Систематическое изучение психологии студентами, обучающимися по специальности 1-03 02 01 «Физическая культура», способствует расширению и углублению психологических знаний о закономерностях проявления, развития и формирования психики человека в специфических условиях физического воспитания и спорта под влиянием учебной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности. Освоение учебной дисциплины «Психология физической культуры и спорта» является необходимым условием профессионального становления высококвалифицированных педагогов и специалистов-профессионалов в области физической культуры и спорта.

Связь с другими учебными дисциплинами. «Психология физической культуры и спорта» тесно связана с учебными дисциплинами: «Социальная психология», «Возрастная и педагогическая психология». Структура программы исходит из психологического анализа педагогической деятельности учителя физической культуры. В содержание учебной дисциплины включены темы, раскрывающие психологические особенности личности учителя и ученика, а также специфику взаимоотношений в системе «учитель-ученик», вопросы обучения и воспитания на уроках физической культуры и др.

Решая образовательные и оздоровительные задачи, физическая культура в школе, неразрывно связана со спортивной деятельностью. Учитывая общую направленность физической культуры и спорта, в основе учебной дисциплины положена тематика, касающаяся психологических особенностей формирования личности тренера и спортсмена, межличностных взаимоотношений в системе «тренер-спортсмен», психологии спортивного соревнования, способов развития волевых качеств у спортсменов и др.

Изучение учебной дисциплины «Психология физической культуры и спорта» способствует формированию у студентов системы общих представлений о закономерностях, свойствах и механизмах психики в процессе занятий физической культурой и спортом. Знания, полученные студентами по данной учебной дисциплине, включают сведения об особенностях психического развития человека, социального влияния, мотивации деятельности, психической регуляции поведения, специфике социальных отношений, возникающих в условиях тренировочного и соревновательного процесса. Данная учебная дисциплина является определяющей для развития профессионального сознания и социально-личностных компетенций специалиста в области физической культуры и спорта.

Цели и задачи учебной дисциплины

Цель учебной дисциплины: формирование у студентов психологических знаний о закономерностях проявления, развития и формирования психики человека в специфических условиях физического воспитания и спорта под влиянием учебной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.

Задачи учебной дисциплины:

- формирование системы специальных знаний, определяющих психологическое обеспечение профессиональной деятельности педагога по физической культуре;
- овладение умениями, необходимыми для практической реализации профессиональной деятельности специалиста по физической культуре;
- освоение способов организации учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, приемов самоанализа и совершенствования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта.

Требования к освоению учебной дисциплины

Требования к уровню освоения содержания учебной дисциплины «Психология физической культуры и спорта» определены образовательным стандартом высшего образования первой ступени по педагогическим специальностям, которые разработаны с учетом требований компетентностного подхода.

Изучение учебной дисциплины «Психология физической культуры и спорта» способствует формированию у студентов специализированных компетенций: СК-4: Выделять и характеризовать различные психические явления в процессе занятий физической культурой и спортом, применять психологические методы изучения качеств личности и взаимоотношений в группе, организовывать и проводить психологическую подготовку в сфере физической культуры и спорта; СК-8: Анализировать психологические особенности тренировочного и соревновательного процессов и планировать психологическую подготовку спортсменов.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **знать:**

- основные понятия и категории психологии физической культуры и спорта, основные концепции современной отечественной и зарубежной спортивной психологии, проблематику и специфику её взаимосвязи с другими науками;
- психологические вопросы физического обучения и воспитания в школе: закономерности возрастного развития детей и подростков, психологию малых групп, психологические особенности деятельности в области физической культуры и спорта;

- методику психологического обеспечения физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения и психологической подготовки спортсменов;
- методы и организацию психорегуляции и психогигиены в физическом воспитании и спорте;
- методы организации и проведения научно-исследовательской работы в области психологии физического воспитания и спорта.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **уметь**:

- выделять психологические вопросы в содержании профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту;
- находить пути решения психологических проблем, связанных с деятельностью в физическом воспитании и в спортивной деятельности;
- применять методы психодиагностики при проведении физкультурно-оздоровительной, учебно-тренировочной работе и спортивном отборе;
- использовать методы психологического исследования в практической деятельности;
- организовывать и проводить психологическую подготовку в физическом воспитании и спорте в рамках полученной квалификации и компетенций.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **владеть**:

- навыками управления учебной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельностью учащихся;
- навыками организации эффективного межличностного взаимодействия в условиях физического воспитания и спорта;
- методами психорегуляции, психогигиены и психодиагностики личности в процессе занятий физической культурой и спортом.

В рамках образовательного процесса по учебной дисциплине «Психология физической культуры и спорта» студент должен приобрести не только теоретические и практические знания, умения и навыки по специальности, но и развить свой ценностно-личностный, духовный потенциал, сформировать качества патриота и гражданина, готового к активному участию в экономической, производственной, социокультурной и общественной жизни страны.

Форма получения высшего образования: очная. Общее количество часов отводимых на изучение учебной дисциплины «Психология физической культуры и спорта» для специальности 1-03 02 01 «Физическая культура» для студентов дневной формы получения образования в соответствии с учебным планом составляет 90 часов: из них 54 аудиторных часа (32 часа лекционных (из них 4 часа УСРС) и 22 часа семинарских (из них 4 часа УСРС)) и самостоятельная работа – 36 часов.

Форма контроля – зачет – 2 курс, 3 семестр.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

ТЕМА 1. ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Цель и задачи курса. Роль дисциплины в формировании учителя физической культуры. Место психологии физической культуры в системе наук и связь ее с другими науками. Педагогическая направленность психологии физической культуры и спорта.

Связь психологии физического воспитания с другими предметами школьной программы. Значение курса в культурном, педагогическом, психологическом и социальном развитии школьника.

Предмет психологии физической культуры и спорта. Цели и задачи курса. Роль дисциплины в формировании качеств учителя, тренера. Особенности спортивной деятельности. Экстремальность тренировочного и соревновательного процесса. Психологическая систематика видов спорта.

Связь психологии спорта с другими сторонами подготовки спортсмена. История развития спортивной психологии.

ТЕМА 2. МОТИВАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Потребности как основа мотивации. Виды потребностей. Потребности в самоактуализации через двигательную активность и спортивные достижения. Потребности и их удовлетворение в процессе занятий на уроке физической культуры и в процессе тренировки. Фрустрации в результате частичного или полного неудовлетворения потребностей. Индивидуальные и командные потребности. Понятие о мотивах и мотивации. Типология мотивов выбора видов спорта и способов оздоровления. Мотивы занятий физической культурой и спортом. Сила мотивации и эффективность деятельности. Активизация деятельности на уроках физической культуры и спортивных тренировках.

Понятие активизации и ее разновидности. Взаимосвязь активизации с мотивами и потребностями учащихся на уроках физической культуры и спортивных тренировках. Соотношение внешней и внутренней мотивации при занятиях физической культурой и спортом. Объективные и субъективные факторы, обуславливающие активность учащихся на уроках физической культуры и тренировках. Основные причины отказа заниматься физической культурой и спортом. Половые различия в мотивации занятий физической культурой и спортом. Методы повышения степени «верности» физическим нагрузкам и формирования спортивной мотивации.

ТЕМА 3. ПСИХОЛОГИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЛИЧНОСТИ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ (ТРЕНЕРА)

Особенности и специфика деятельности учителя физической культуры. Педагогическая направленность личности учителя физической культуры. Личностные качества преподавателя физической культуры. Способности, необходимые преподавателю физической культуры. Умения преподавателя

физической культуры. Авторитет преподавателя физической культуры. Стили деятельности и руководства преподавателя физической культуры. Психологические особенности тренерской деятельности. Профессионально значимые личностные качества тренера. Характеристика успешных и неуспешных тренеров. Факторы, способствующие росту авторитета тренера и его падению. Зависимость авторитета от личностных качеств тренера и характера его деятельности. Психологические основы профессионального мастерства учителя физической культуры (тренера).

ТЕМА 4. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ ЗАНИМАЮЩЕЙСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Понятие о личности и подходы к ее изучению в спортивной психологии. Личностные качества ученика и спортсмена. Ученик как субъект учебной деятельности. Мотивационная сфера школьника. Самосознание и самооценка школьника. Эмоционально-волевая сфера школьника в процессе занятий физической культурой и спортом. Типические особенности личности школьников. Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена. Личностные качества спортсменов, проявляющиеся в экстремальных условиях соревнований. Факторы, способствующие формированию личности школьника и спортсмена.

ТЕМА 5. ПСИХОЛОГИЯ СПОРТИВНОЙ ГРУППЫ

Понятия спортивная группа, спортивная команда, спортивный коллектив и пути их формирования. Психологическая структура спортивной группы. Психологические процессы, происходящие в спортивных группах, командах, коллективах. Зависимость результативности деятельности от процессов, происходящих в группах, командах, коллективах. Понятие спортивной команды.

Влияние объективных и субъективных факторов на психологические процессы в группах. Динамические процессы в спортивной группе. Руководство и лидерство в спорте. Роль тренера в регуляции психологических процессов групп и команд. Зависимость эффективности коллектива от стадии его развития.

ТЕМА 6. ОБЩЕНИЕ И МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Психологические основы общения в спорте. Успешность спортивной деятельности и общения. Средства общения учителя физической культуры и тренера с учениками. Факторы, влияющие на эффективность педагогического общения. Формирование умений общения. Формы воздействий учителя физической культуры и тренера на учеников. Барьеры общения. Понятие межличностные отношения. Природа возникновения межличностных отношений. Виды и характер межличностных отношений. Восприятие и понимание партнеров в системе межличностных отношений. Психологическая

совместимость по «горизонтам» и «вертикали» на эффективность спортивной деятельности. Факторы, обуславливающие межличностные отношения. Пути формирования межличностных отношений.

Психологическая совместимость в межличностных отношениях по «вертикали» и «горизонтам».

ТЕМА 7. ПСИХОЛОГИЯ КОНФЛИКТОВ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ И СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Понятие конфликта и конфликтной ситуации. Конфликты в межличностных отношениях и их влияние на структуру отношений. Типы конфликтов. Причины и условия возникновения конфликтов по «горизонтали» и «вертикали» на уроках физической культуры, спортивных тренировках и соревнованиях. Поведение учителя, тренера учеников и спортсменов в конфликте. Фазы развития конфликта и выходы из него. Влияние конфликта на степень эффективности спортивной деятельности. Управление учителем (тренером) конфликтом между учениками.

Психическое состояние спортсменов и тренера в период конфликта. Постконфликтное состояние. Влияние конфликта на межличностные отношения в команде. Пути и средства разрешения конфликтов.

ТЕМА 8. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ ОБУЧЕНИЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКЕ

Обучение в структуре физической культуры и спорта. Учет психомоторных факторов развития личности в процессе обучения. Психологические теории построения и управления двигательным действием. Предпосылки к обучению спортивным упражнениям. Функции преподавателя в процессе обучения движением. Психология формирования двигательных навыков. Кривая упражнений в двигательном навыке. Устойчивость и переделка навыков. Учет индивидуальных особенностей при обучении спортивным действиям.

ТЕМА 9. ПСИХОЛОГИЯ ВОСПИТАНИЯ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Психологическое понятие воспитания. Цели воспитания. Средства воспитания. Механизмы воспитания. Теории воспитания. Социально-психологические аспекты воспитания. Особенности воспитания в процессе физической культуры и спорта. Факторы, обуславливающие степень воспитания и воспитанности. Связь процесса воспитания с другими процессами, участвующими в формировании личности.

Воспитательный процесс в развитии личности. Особенности воспитания в условиях спортивной деятельности.

ТЕМА 10. ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ И ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ. ПСИХОЛОГИЯ ДЕТСКОГО СПОРТА

Развитие психических процессов и качеств у детей при занятиях физической культурой и спортом. Двигательная активность как важное условие развития личности. Основные психологические проблемы детского спорта. Классификация трудностей юных спортсменов. Психологический аспект спортивной ориентации и отбора юных спортсменов. Мотивация в детском спорте. Кризис начала спортивной специализации. Роль родителей и тренеров на начальном этапе спортивной карьеры. Гармоничность и дисгармоничность развития личности детей обусловленные занятиями спортом.

ТЕМА 11. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТЕ. ВОЛЕВАЯ ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ

Виды психологической подготовки спортсменов. Общая и специальная психологическая подготовка. Периоды психологической подготовки и их задачи. Факторы влияющие на психологическую подготовку. Основные направления психологической подготовки в спорте: социализация личности, коррекция динамики усталости, снятие избыточного напряжения, обучение приемам регуляции психических состояний спортсменов.

Понятие воли. Формирование и развитие волевых качеств. Волевая подготовка – важнейшая часть психологической подготовки. Препятствия и трудности как средства воспитания воли. Структура волевых качеств спортсмена. Общее и социализированное развитие волевых качеств. Самовоспитание воли. Роль воли в достижении спортивных результатов. Индивидуальные и командные признаки проявления волевых качеств. Волевые качества в условиях тренировок и соревнований. Измерение волевых качеств.

ТЕМА 12. ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ И ИХ РЕГУЛЯЦИЯ В СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе. Понятие о психологическом напряжении, эмоциональной и волевой регуляции, стадиях психического перенапряжения. Стресс, беспокойство, тревога и другие негативные состояния. Структура и методы психической регуляции в спорте высших достижений. Основы психорегуляции в спорте. Методы психорегуляции по В.М. Мельникову: гетерорегуляционные, ауторегуляционные.

Методы ментального тренинга в спорте: аутогенная тренировка, идеомоторная тренировка, мысленная репетиция, ментальный имаготренинг, психотренинг волевого внимания и др.

Обучение элементарным приемам психорегуляции на занятиях физической культурой. Психорегуляция в детском спорте.

Психические состояния на тренировках. Предсоревновательные психические состояния: стартовое безразличие, боевая готовность, стартовая лихорадка, стартовая апатия. Основные причины динамики предсоревновательного психического напряжения: значимость соревнований,

состав участников соревнований, организация соревнований, поведение окружающих спортсмена людей (особенно тренера), индивидуальные психологические особенности, особенности вида спорта и соревновательного упражнения, психологический климат в коллективе.

Регуляция психических состояний тренером. Психологические аспекты травматизации и восстановления спортсменов. Психорегуляция фрустрационных состояний и агрессии. Диагностика состояний.

ТЕМА 13. ПСИХОЛОГИЯ СПОРТИВНОГО СОРЕВНОВАНИЯ

Соревнование, как специфический вид спортивной деятельности. Цели и задачи соревнования. Мотивация и уровень притязаний в индивидуальных и командных видах спорта. Стремление к лидерству и соперничеству.

Соревнование, как фактор формирования личности спортсмена. Индивидуальное и командное поведение в условиях соревнований. Психическое состояние и поведение спортсменов в условиях соревнований. Приемы и методы регуляции психических состояний на соревнованиях и после.

Содержание и способы психологической подготовки спортсмена к соревнованиям. Особенности планирования психологической подготовки спортсменов: учет возраста, уровня спортивного мастерства, выбор адекватных средств обучения и воспитания, средств психодиагностики, и психогигиены. Методы и средства, направленные на формирование эмоциональной устойчивости спортсмена к экстремальным ситуациям соревновательного характера.

Роль тренера на соревнованиях. Самоподготовка и самонастрой спортсмена в условиях соревнований. Переживание успехов и неудач отдельными спортсменами и командами в момент и после соревнований.

ТЕМА 14. ОСНОВЫ ПСИХОДИАГНОСТИКИ В СПОРТЕ

Спортивная психодиагностика – раздел психологии спорта с целью измерения и контроля психических особенностей спортсмена. Психодиагностическое исследование. Основные методы диагностики в спорте: метод наблюдения, эксперимента, опросные методы. Тестирование как метод измерения индивидуально-психологических различий.

Изучение структурных компонентов личности спортсмена: психодиагностическая карта личности по К.К. Платонову. Исследование направленности, личностной тревоги и уровня притязаний. Типологические свойства и особенности темперамента спортсмена и их оценка. Исследование личности спортсмена в системе общественных отношений. Система психологического отбора спортсменов. Формирование целевых признаков. Выбор прогностических признаков. Построение модели отбора. Практика спортивного отбора. Определение модельных характеристик-спортограммы. Прогнозирование в спорте на основании психодиагностического обследования.

ТЕМА 15. ПСИХОЛОГИЯ СПОРТИВНОЙ КАРЬЕРЫ

Понятие о карьере. Типы карьеры. Подходы к объяснению выбора личностью спортивной карьеры. Особенности профессионального самоопределения спортсменов. Этапы спортивной карьеры. Механизмы карьерного процесса. Кризисы спортивной карьеры и причины ее прерывания. Половые (гендерные) особенности спортивной карьеры. Монографический метод изучения спортивно-профессиональной карьеры. Акмеологические факторы динамики и успешности профессиональной карьеры спортсменов.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**
(дневная форма получения образования)

Номер раздела, занятия	Название раздела, темы, занятия; перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа	Материальное обеспечение занятия (наглядные, методические пособия и др)	Литература	Формы контроля знаний
		Лекции	практические (семинарские)	управляемая самостоятельная работа студента				
1	2	3	4	5		6	7	
1.	Предмет психологии физической культуры и спорта	2			2			
1.1.	1. Предмет, задачи психологии физической культуры и спорта. 2. Взаимосвязь психологии физической культуры и психологии спорта 3. Особенности деятельности в физической культуре и спорте. 4. Психологическая систематика видов спорта. 5. Методы в психологии физической культуры и спорта. 6. Педагогическая направленность психологии физической культуры. 7. История развития психологии спорта	2			2	Компьютерная презентация «Предмет психологии физической культуры и спорта»	1, 2, 3, 4	
2.	Мотивация занятий физической культурой и спортом	2	2	2	2			
2.1.	1.Потребности: и мотивы и их место в структуре личности 2.Понятие сущности мотивации. Потребности как источник мотивации. 3.Характеристика (Классификация и типология) мотивов занятий ФКиС.	2			2	Компьютерная презентация «Мотивация занятий физической культурой и спортом»	1, 2, 4, 5	

2.2.	1.Соотношение внутренней и внешней мотивации в спорте. 2.Сила мотива и эффективность деятельности. 3.Мотивация занятий на разных этапах спортивной карьеры		2			Схема «Соотношение внутренней и внешней мотивации в спорте»	1, 3, 4, 5	Устный опрос во время занятий; выборочная проверка рабочих тетрадей.
2.3.	1.Причины отказа от занятий ФКиС и способы повышения «верности» физической активности. 2.Половые различия в спортивной мотивации.			2 лекция			1, 2, 3, 4, 5	Проверка выполнения письменного задания.
3.	Психология личности и деятельности учителя физической культуры (тренера)	2	2		2			
3.1.	1.Особенности и специфика деятельности учителя физической культуры. 2.Способности, необходимые учителю физической культуры. 3.Психологические основы профессионального мастерства учителя физической культуры. 4. Стиль деятельности и руководства учителя физической культуры и тренера.	2			1	Компьютерная презентация «Психология личности учителя физической культуры и тренера»	1, 2, 3	
3.2.	1.Авторитет учителя физической культуры и тренера. 2.Психологические особенности деятельности тренера. 3.Психологические особенности личности тренера. 4. Психологическая характеристика успешных и неуспешных тренеров.		2		1	Схема «Психологическ ие особенности деятельности тренера»	1, 2, 4, 5	Устный опрос во время занятий; выборочная проверка рабочих тетрадей.
4.	Психология личности, занимающейся физической культурой и спортом	2	2		2			
4.1.	1.Понятие о личности и подходы к ее изучению в спортивной психологии. 2.Ученик как субъект учебной деятельности. 3.Личностные качества ученика и спортсмена: мотивация, самосознание, самооценка. 4. Эмоционально-волевая, психомоторная и когнитивная сфера школьника в процессе занятий физической культурой и спортом. 5. Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности.	2			1	Компьютерная презентация «Психология личности, занимающейся физической культурой и спортом»	1, 2, 4, 5	

4.2.	1. Индивидуально-типологические особенности личности спортсмена и их взаимосвязь с успешностью спортивной деятельности. 2. Типология спортсменов-чемпионов. 3. Личностные качества спортсменов, проявляющиеся в экстремальных условиях соревнований и проблемы психической надежности. 3. Факторы, способствующие формированию личности школьника и спортсмена.		2		1	Схема «Типология спортсменов-чемпионов»	1, 2, 4, 5	Устный опрос во время занятий; выборочная проверка рабочих тетрадей.
5.	Психология спортивной группы	2	2		2			
5.1.	1. Психологическая характеристика группы занимающихся физической культурой и спортом. 2. Виды групп. 3. Понятие спортивной команды. 4. Процессы групповой динамики в физкультурных и спортивных группах. 5. Руководство и лидерство в спорте.	2			1	Компьютерная презентация «Руководство и лидерство в спорте»	2, 3, 4, 5	
5.2.	1. Виды групп, занимающихся физической культурой и спортом. 2. Характеристика спортивной команды. 3. Руководство на уроках физической культуры и в спорте. 4. Особенности массовых физкультурных мероприятий в школе.		2		1	Психологические упражнения	1, 2, 3, 4, 5	Устный опрос во время занятий; выборочная проверка рабочих тетрадей.

6.	Общение и межличностные отношения в учебно-тренировочной деятельности	2		2	2			
6.1.	1. Психологические основы общения в спорте. 2. Успешность спортивной деятельности и общение. 3. Средства общения учителя физической культуры и тренера с учащимися. 4. Природа возникновения межличностных отношений в системе учитель-ученик. 5. Виды и характер межличностных отношений. 6. Факторы, влияющие на эффективность взаимоотношений в системе «учитель-ученик». 7. Влияние характера межличностных отношений в системе «учитель-ученик», «тренер-спортсмен» на эффективность деятельности учащихся на уроках физической культуры.	2			1	Компьютерная презентация «Психологические основы общения в спорте»	1, 2, 4, 5	
6.2.	1. Диагностика межличностных отношений. 2. Рекомендации по совершенствованию межличностных отношений и формированию необходимых отношений для каждой конкретной ситуации. 3. Восприятие и понимание партнеров в системе межличностных отношений, психологическая совместимость, единство системы ценностей и направленности, отношение к деятельности.			2 лекция	1		1, 2, 3, 4, 5	Проверка выполнения письменного задания.
7.	Психология конфликтов в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности	2	2		4			
7.1	1. Понятие конфликта и конфликтной ситуации. Типы конфликтов. 2. Причины и условия возникновения конфликта учителя физической культуры с учениками, тренера и спортсменов. 3. Поведение учителя и учеников, тренера и спортсменов в конфликте. 4. Фазы развития конфликта и выхода из него.	2			2	Компьютерная презентация «Психология конфликтов в учебно-тренировочной и спортивной деятельности»	1, 2, 3, 4, 5	

7.2.	1. Диагностика конфликтного поведения в системе «учитель-ученик», «тренер-спортсмен», «спортсмен-спортсмен». 2. Выявление факторов влияющих на возникновение конфликта. 3. Приемы выхода из конфликтных ситуаций. 4. Анализ влияния конфликта на эффективность деятельности.		2		2	Психологические задачи	1, 2, 3, 4, 5	Устный опрос во время занятий; выборочная проверка рабочих тетрадей
8.	Психологические вопросы обучения на уроках физической культуры и спортивной тренировке	2			2			
8.1.	1. Психологические особенности обучения на уроках физической культуры. 2. Психологические закономерности научения. 3. Психологические условия формирования спортивных навыков и умений.. 4. Развитие личности в процессе занятий физической культурой и спортом.	2			2	Компьютерная презентация «Психологические вопросы обучения на уроках физической культуры и спортивной тренировке»	2, 3, 4, 5	
9.	Психология воспитания в процессе занятий физической культурой и спортом	2			2			
9.1.	1. Особенности воспитания коллектива и отдельной личности на занятиях физической культурой с спортом. 2. Факторы, способствующие эффективному воспитанию коллектива и личности. 3. Зависимость эффективности спортивного коллектива от стадии его развития. 4. Психологическое понятие воспитания в спортивной деятельности. 5. Цели воспитания. Средства воспитания. Психологические механизмы воспитания личности. Теории воспитания. 6. Социально-психологические аспекты воспитания в	2			2	Компьютерная презентация «Психология воспитания в процессе занятий физической культурой и спортом»	2, 3, 4, 5	

	физической культуре и спорте. 7. Особенности воспитания в процессе физической культуры.							
10.	Психическое развитие детей и занятия физической культурой. Психология детского спорта	2		2	2			
10.1.	1. Отношение к занятиям физкультурой и спортом в детском возрасте. 2. Развитие эмоционально-волевой сферы детей на занятиях физической культурой. 3. Развитие потребностно-мотивационной сферы личности занимающейся физической культурой и спортом. 4. Развитие познавательных процессов детей на занятиях физической культурой. 5. Основные проблемы развития детей занимающихся физической культурой и спортом. 6. Психология детского спорта.	2			2	Компьютерная презентация «Психология детского спорта»	1, 2, 4, 5	
10.2.	1. Развитие эмоций и чувств детей занимающихся спортом. 2. Развитие умения управлять эмоциональным состоянием. 3. Развитие внимательности на уроках физической культуры. 4. Развитие самооценки и уровня притязаний 5. Психологические особенности развития детей занимающихся спортом.			2 семинар			1, 2, 3, 4, 5	Проверка выполнения письменного задания.
11.	Психологическая подготовка в спорте. Волевая подготовка спортсменов	2	2		2			
11.1.	1. Основы психологической подготовки. 2. Общая и специальная психологическая подготовка. 3. Периоды и этапы психологической подготовки. 4. Индивидуальный подход при психологической подготовке.	2			1	Компьютерная презентация «Психологическая подготовка в спорте»	1, 2, 3, 4	

	<p>5. Средства управляющих воздействий в психологической подготовке.</p> <p>6. Понятие воли и волевой подготовки.</p> <p>7. Факторы влияющие на волевою подготовку.</p>							
11.2.	<p>1. Психологические факторы надежности спортсмена.</p> <p>2. Готовность спортсмена к соревнованию.</p> <p>3. Психологический настрой на соревнование.</p> <p>4. Факторы влияющие на эффективность общей и специальной психологической подготовки.</p> <p>5. Самовоспитание воли и самоподготовка волевых действий.</p> <p>6. Психологические основы физической, технической и тактической подготовки спортсменов.</p>		2		1	Психологические задачи	1, 2, 4, 5	Устный опрос во время занятий; выборочная проверка рабочих тетрадей.
12.	Психические состояния и их регуляция в спортивной деятельности	2	2	2	4			
12.1.	<p>1.Классификация психических состояний.</p> <p>2.Психологическое напряжение и перенапряжение в спорте.</p> <p>3.Стресс в спортивной деятельности.</p> <p>4.Психические состояния на тренировках.</p> <p>5.Предсоревновательные и соревновательные психические состояния.</p>	2			2	Компьютерная презентация «Психические состояния и их регуляция в спортивной деятельности»	1, 2, 3, 4, 5	.
12.2.	<p>1. Методы психической регуляции в спорте: гетерорегуляционные и ауторегуляционные.</p> <p>2. Методы ментального тренинга в спорте</p> <p>3. Обучение элементарным приемам психорегуляции на занятиях физической культуры.</p>		2		2	Психологические задачи	1, 2, 3, 4, 5	Устный опрос во время занятий; выборочная проверка рабочих тетрадей.
12.3.	<p>1. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе.</p> <p>2. Стадии психического перенапряжения.</p> <p>3. Предсоревновательные психические состояния и их регуляция.</p>			2	семинар		1, 2, 3, 4, 5	Проверка выполнения письменного задания.

13.	Психология спортивного соревнования	2	2		2			
13.1.	1. Соревнование как специфический вид спортивной деятельности. 2. Соревнование как фактор формирования личности спортсмена. 3. Индивидуальное и командное поведение в условиях соревнования. 4. Содержание и способы подготовки спортсмена к соревнованиям. 5. Роль тренера на соревнованиях. 6. Самоподготовка и самонастрой спортсмена в условиях соревнования. 7. Психологические особенности переживания успехов и неудач в момент и после соревнований.	2			2	Компьютерная презентация «Психология спортивного соревнования»	1, 2, 3, 4, 5	
13.2.	1. Цели и задачи соревнования. 2. Мотивация и уровень притязаний в индивидуальных и командных видах спорта. 3. Соревнование как фактор формирования личности спортсмена. 4. Особенности планирования психологической подготовки спортсменов.		2			Психологические задачи	1, 2, 3, 4	Устный опрос во время занятий; выборочная проверка рабочих тетрадей.
14.	Основы психодиагностики в спорте		2		4			
14.1.	1. Психологические основы диагностики в спорте. 2. Методы психолого-педагогического изучения учителем физической культуры личности школьника. 3. Методы изучения личности спортсмена. 4. Методика психодиагностических измерений в спорте: формирование целевых признаков, выбор прогностических признаков, построение модели отбора, определение модельных характеристик – спортограммы.		2		4	Компьютерная презентация «Основы психодиагностики и в спорте»	1, 2, 3, 4, 5	Устный опрос во время занятий; выборочная проверка рабочих тетрадей.

15.	Психология спортивной карьеры	2			2			
15.1.	1. Особенности профессионального самоопределения спортсменов. 2. Понятие спортивной карьеры. 3. Этапы спортивной карьеры. 4. Механизмы карьерного процесса. 5. Кризисы спортивной карьеры. 6. Методы изучения спортивной карьеры. 7. Акмеологические факторы динамики и успешности профессиональной карьеры спортсменов.	2			2	Компьютерная презентация «Психология спортивной карьеры»	1, 2, 3, 4, 5	
	Всего: 90 часов	28	18	8	36			Зачет

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Бакунович, М. Ф. Психология физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс по учеб. дисциплине «Психология физической культуры и спорта» / М. Ф. Бакунович, Н. Н. Поплавский // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <http://elib.bspu.by/handle/doc/15614>. – Дата доступа: 10.06.2022.
2. Иванченко, Е. И. Спортивная одаренность и ее диагностика : пособие / Е. И. Иванченко . – 4-е изд., стер. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2017. – 87 с.
3. Ивашко, С. Г. Психология : практикум / С. Г. Ивашко. – 3-е изд., испр. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2017. – 109 с.
4. Марищук, Л. В. Психология : учеб. пособие / Л. В. Марищук, С. Г. Ивашко, Т. В. Кузнецова ; под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.
5. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта : практикум / Е. В. Мельник, И. Р. Абрамович, Е. В. Воскресенская. – 3-е изд., испр. и доп. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, 2017. – 140 с.
6. Психологическое обеспечение подготовки спортивного резерва Республики Беларусь по группам видов спорта : практ. пособие. – Минск : Белорус. гос. ун-т физ. культуры, – 2018. – 43 с.

Дополнительная литература

1. Веракса, А. Н. Апробация методики «Исследование мысленного представления движений у детей» / А. Н. Веракса // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. – 2018. – № 1. – С. 70–80.
2. Гогун, Е. Н. Психология физической культуры и спорта : учеб. пособие / Е. Н. Гогун, Г. Д. Горбунов. – М. : Академия, 2014. – 272 с.
3. Дворак, В. Н. Современные средства психологической подготовки студентов, занимающихся спортом / В. Н. Дворак, Е. И. Тужик // Инновац. в образовании. – 2017. – № 7. – С. 57–65.
4. Донцов, Д. А. Социально-психологическая диагностика спортивных групп и коллективов / Д. А. Донцов // Педагогика. – 2018. – № 8. – С. 38–43.
5. Егоров, А. Ю. Модели спортивной аддикции / А. Ю. Егоров // Вопр. психологии. – 2016. – № 3. – С. 96–109.
6. Ежова, Н. Н. Краткий справочник практического психолога / Н. Н. Ежова. – 2-е изд. – Ростов н/Д : Феникс, 2014. – 318 с.
7. Заика, В. М. Технология формирования соревновательной надежности в процессе психолого-педагогической подготовки : монография / В. М. Заика. – 2-е изд., перераб. и доп. – Брест : Брест. гос. ун-т, 2016. – 209 с.
8. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2016. – 351 с.

9. Психологические аспекты развития личности в онтогенезе : сб. науч. ст. / Гродн. гос. ун-т ; редкол.: А. И. Янчий [и др.]. – Гродно : ГрГУ, 2014. – 368 с.
10. Развитие креативности и лидерских качеств учащихся : пособие / сост. О. Е. Ероховец. – Минск : Красико-Принт, 2016. – 128 с.
11. Родионов, В. А. Спортивная психология : учеб. для акад. бакалавриата / В. А. Родионов; под общ. ред. В. А. Родионова [и др.] – М. : Юрайт, 2019. – 367 с.
12. Толочек, В. А. Типовые стили спортивной деятельности как психологический феномен: ресурсы эффективности / В. А. Толочек // Психол. журн. – 2016. – Т. 37, № 6. – С. 70–82.

ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ

Для контроля качества образования используются следующие средства диагностики:

- устный опрос во время занятий;
- выборочная проверка рабочих тетрадей;
- проверка выполнения письменного задания;
- зачет.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Содержание и формы самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Психология физической культуры и спорта» направлены на активизацию учебно-познавательной и научной деятельности. Ее цель – повысить выработанные на занятиях навыки работы с разнообразными научными источниками, овладеть методикой самостоятельной учебной деятельности, необходимой для саморазвития и самосовершенствования личности будущего специалиста. Эта работа помогает повышать личностный потенциал, формировать профессионально значимые качества во время аудиторных и внеаудиторных занятий.

Вся внеаудиторная самостоятельная работа студентов направлена на работу со справочной литературой, статьями, монографиями, хрестоматиями. Ее результаты учитываются преподавателем во время текущего и итогового контроля.

Требования к внеаудиторной самостоятельной работе студента

№ п/п	Название темы	Кол-во часов на СРС	Задание	Форма выполнения
1.1	Предмет психологии физической культуры и спорта	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу и содержание лекционного материала.	Устно
1.2	Мотивация занятий физической культурой и спортом	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу и содержание лекционного материала.	Конспект выполненного задания
1.3	Психология деятельности и личности учителя физической культуры (тренера)	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу.	Конспект выполненного задания
1.4	Психология личности занимающихся физической культурой и спортом	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу.	Конспект выполненного задания

2.1	Психология спортивной группы	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу.	Конспект выполненного задания
2.2	Общение и межличностные отношения в физической культуре и спорте	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу.	Устно
2.3	Психология конфликтов в учебно-тренировочной и спортивной деятельности	4	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу.	Конспект выполненного задания
3.1	Психологические вопросы обучения на уроках физической культуры и спортивной тренировке	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу и содержание лекционного материала.	Устно
3.2	Психология воспитания в процессе занятий физической культурой и спортом	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу.	Устно
3.3	Психическое развитие детей и занятия физической культурой. Психология детского спорта	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу и содержание лекционного материала.	Устно
4.1	Психологическая подготовка в спорте. Волевая подготовка спортсменов	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу.	Конспект выполненного задания
4.2	Психические состояния и их регуляция в спортивной деятельности	4	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу и содержание лекционного материала.	Конспект выполненного задания

4.3	Психология спортивного соревнования	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу.	Конспект выполненного задания
4.4	Основы психодиагностики и в спорте	4	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу и содержание лекционного материала.	Конспект выполненного задания
4.5	Психология спортивной карьеры	2	В соответствии с содержанием учебной программы по теме изучить рекомендуемую основную, дополнительную литературу и содержание лекционного материала.	Устно
	Всего:	36		

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ И КОНТРОЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Учебным планом дисциплины «Психология физической культуры и спорта» для студентов предусматривается управляемая самостоятельная работа в объеме 4 часов лекционных занятий, 4 часов семинарских занятий.

Тема 2. Мотивация занятий физической культурой и спортом. – 2 часа (лекция).

1 модуль (уровень узнавания)

Назвать потребности и мотивы двигательной активности.

Перечислить причины отказа от занятий физической культурой и спортом, включение психологических защит при возникновении внутреннего конфликта, вызванного пропуском занятий физической культурой и спортом.

2 модуль (уровень воспроизведения)

Привести пример подтверждения верности занятиям физической культурой и спортом.

Привести пример социальных групп, побуждающих к занятиям физической культурой и спортом

Указать как изменяется качество межличностных отношений, симпатий, привязанности и уровня самооценки, связанных с занятиями (отказе) физической культурой и спортом.

3 модуль (уровень применения полученных знаний)

Подбор, разработка, формулировка и использование мотивационных стратегий, техник для побуждения занятий физической культурой и спортом.

Литература для подготовки:

1. Горбунов, Г. Д. Психология физической культуры и спорта / Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогун. – М. : Academia, 2014. – 272 с.

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – Питер : Лидер, 2010. – 351 с.

3. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта: практикум / Е. В. Мельник, И. Р. Абрамович, Е. В. Воскресенская; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 3-е изд., испр. и доп. – Минск : БГУФК, 2017. – 140 с.

4. Родионов, В. А. Спортивная психология: учебник для академического бакалавриата / под общ. ред. В. А. Родионов, А. В. Родионов, В. Г. Сивицкий. – М. : Юрайт, 2019. – 367 с.

Тема 6. Общение и межличностные отношения в спортивной деятельности. – 2 часа (лекция).

1 модуль (уровень узнавания)

Перечислить виды межличностных отношений, возникающие и проявляющиеся в условиях спортивной деятельности.

2 модуль (уровень воспроизведения)

Привести примеры, иллюстрирующие причины, виды и характер межличностных отношений в системе «учитель–ученик», «тренер–спортсмен», «спортсмен – спортсмен».

3 модуль (уровень применения полученных знаний)

Подбор и демонстрация коммуникативных техник, влияющих на качество и содержание межличностных отношений и психологического климата в спортивной группе (команде).

Литература для подготовки:

1. Горбунов, Г. Д. Психология физической культуры и спорта / Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогун. – М. : Academia, 2014. – 272 с.

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб. : Лидер, 2016. – 351 с.

3. Марищук, Л. В. Психология: учеб. пособие / Л. В. Марищук, С. Г. Ивашко, Т. В. Кузнецова ; под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.

Тема 10. Психическое развитие детей и занятия физической культурой. Психология детского спорта. – 2 часа (семинарское занятие).

1 модуль (уровень узнавания)

Указать на какие стороны психического развития влияют занятия физической культурой и спортом.

2 модуль (уровень воспроизведения)

Перечислить факторы и критерии развития личности учащегося, вовлеченного в занятия физической культурой и спортом.

3 модуль (уровень применения полученных знаний)

Проиллюстрировать техники, влияющие на изменение психического развития личности, включенной в ситуацию занятий физической культурой и спортом.

Литература для подготовки:

1. Горбунов, Г. Д. Психология физической культуры и спорта / Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогун. – М. : Academia, 2014. – 272 с.

2. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб. : Лидер, 2016. – 351 с.

3. Мельник, Е. В. Психология физической культуры и спорта: практикум / Е. В. Мельник, И. Р. Абрамович, Е. В. Воскресенская; М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – 3-е изд., испр. и доп. – Минск : БГУФК, 2017. – 140 с.

4. Родионов, В. А. Спортивная психология: учебник для академического бакалавриата / под общ. ред. В. А. Родионов, А. В. Родионов, В. Г. Сивицкий. – М. : Юрайт, 2019. – 367 с.

Тема 12. Психические состояния и их регуляция в спортивной деятельности. – 2 часа (семинарское занятие).

1 модуль (уровень узнавания)

Указать виды психических состояний на актуальных отрезках спортивной деятельности.

2 модуль (уровень воспроизведения)

Подобрать технику снятия психического напряжения в условиях предстоящих соревнований.

3 модуль (уровень применения полученных знаний)

Продемонстрировать гетеро или ауторегуляционную технику, влияющую на изменение психических состояний в условиях тренировочной, соревновательной и постсоревновательной деятельности.

Литература для подготовки:

1. Горбунов, Г. Д. Психология физической культуры и спорта / Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогун. – М.: Academia, 2014. – 272 с.

2. Заика, В. М. Технология формирования соревновательной надежности в процессе психолого-педагогической подготовки : монография / Брест. гос. ун-т. – 2-е изд., перераб. и доп. – Брест, 2016. – 209 с.

3. Ильин, Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб. : Лидер, 2016. – 351 с.

4. Марищук, Л. В. Психология: учеб. пособие / Л. В. Марищук, С. Г. Ивашко, Т. В. Кузнецова ; под науч. ред. Л. В. Марищук. – 2-е изд. – Минск : Витпостер, 2016. – 778 с.

5. Родионов, В. А. Спортивная психология: учебник для академического бакалавриата / под общ. ред. В. А. Родионов, А. В. Родионов, В. Г. Сивицкий. – М. : Юрайт, 2019. – 367 с.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
 специальность 1-03 02 01 «Физическая культура»
 (дневная форма получения образования)

№	Название раздела, темы	Всего	Лекции	Практические, семинарские	УСРС
1	2	3	4	5	6
1	Предмет психологии физической культуры и спорта	2	2		
2	Мотивация занятий физической культурой и спортом	6	2	2	2
3	Психология личности учителя физической культуры и тренера	4	2	2	
4	Психология личности занимающейся физической культурой и спортом	4	2	2	
5	Психология спортивной группы	4	2	2	
6	Общение и межличностные отношения в физической культуре и спорте	4	2		2
7	Психология конфликтов в учебно-тренировочной и спортивной деятельности	4	2	2	
8	Психологические вопросы обучения на уроках физической культуры и спортивной тренировки	2	2		
9	Психология воспитания в процессе занятий физической культурой и спортом	2	2		
10	Психическое развитие детей и занятия физической культурой. Психология детского спорта	4	2		2
11	Психологическая подготовка в спорте. Волевая подготовка спортсменов	4	2	2	
12	Психические состояния и их регуляция в спортивной деятельности	6	2	2	2
13	Психология спортивного соревнования	4	2	2	
14	Основы психодиагностики в спорте	2		2	
15	Психология спортивной карьеры	2	2		
	Всего	54	28	18	8

ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

<p>Название дисциплины с которой требуется согласование</p>	<p>Название кафедры</p>	<p>Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине</p>	<p>Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)</p>
1	2	3	4
<p>Социальная психология</p> <p>Возрастная и педагогическая психология</p>	<p>Кафедра психологического обеспечения профессиональной деятельности</p>	<p>Уточнить психологическое содержание вопросов: «Общая и специальная профилактика»</p> <p>«Педагогическая направленность личности учителя физической культуры»</p>	<p>Протокол № ____ от _____.2022 г.</p>