

ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

1. Цель освоения дисциплины

Формирование готовности педагога к выстраиванию и реализации траекторий саморазвития, посредством освоения им ценностного потенциала спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психология физического воспитания и спорта» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины «Психология физического воспитания и спорта» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Педагогика», «Психология», прохождения практик «Производственная (исследовательская)», «Производственная (психолого-педагогическая)», «Производственная (тьюторская)», «Производственная практика (педагогическая) (адаптационная)».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

– способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни (УК-6).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать

- систему категорий и понятий определяющих взаимосвязь физического, психомоторного и психического развития личности;
- о взаимосвязи физической активности и особенностей мотивации личности при проектировании процесса занятий ФК;
- особенности психологической подготовки в спорте и ее значение для развития способности личности к управлению своим временем;
- об особенностях общения и межличностных отношений в процессе занятий спортом;

уметь

- учитывать психологические и возрастные особенности занимающихся ФК и выделять проблемы оздоровительной физической культуры;
- определять цели и направления деятельности педагога по физическому воспитанию обучающихся;
- разрабатывать критерии отбора учащихся для спортивной деятельности и соревнований;
- выделять механизмы управления спортивным коллективом и методы регуляции взаимодействия в спортивной команде;

владеть

- средствами анализа ценностного потенциала Физической культуры для саморазвития личности;
- диагностическими методами позволяющими осуществлять контроль учебно-воспитательного процесса занятий ФК;
- основными методами психодиагностики личностных особенностей занимающихся спортом;
- принципами построения психорегулирующей и аутогенной тренировки спортсменов.

4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 2,

общая трудоёмкость дисциплины в часах – 72 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 10 ч., СРС – 58 ч.),

распределение по семестрам – 6 курс, зима,

форма и место отчётности – зачёт (6 курс, зима).

5. Краткое содержание дисциплины

Психологическое содержание деятельности учителя ФК.

Психология физического воспитания как научная и практическая дисциплина. Феномен физической культуры. Взаимосвязь физического, психомоторного и психического развития.

Основные направления деятельности педагога по физическому воспитанию обучающихся.

Мотивационные основы занятий физической культурой. Общая характеристика

мотивации. Особенности мотивационной сферы личности. Мотивы занятий

ФК. Формирование мотивации на уроках ФК: общие приемы и специальные задания.

Социальная ситуация развития личности. Возрастные особенности эмоционально-волевой и познавательной сфер личности. Ценностный воспитательный потенциал ФК по

проектированию направленности личности на освоение здорового образа жизни и отказа от вредных привычек. Особенности процесса физического воспитания в школьном возрасте.

Физическая активность и умственная работоспособность при профессиональном самоопределении.

Социально-психологический феномен спортивной деятельности.

Психологическая характеристика спортивной деятельности. Массовый спорт и спорт высшей достижений. Ценностная и смысловая стороны спортивной деятельности. Спорт как

инструмент воспитания. Личность как субъект деятельности в спорте. Качества личности,

востребуемые и формируемые в спортивной деятельности. Психология жизненного пути

спортсмена. Понятие спортивной карьеры. Мотивационные основы занятий спортом. Мотивы

выбора спортивной деятельности. Динамика мотивации в спорте. Методы диагностики и

формирования мотивации в спорте. Приемы формирования мотивации в ходе тренировочной

и соревновательной деятельности. Психология личности и деятельности

тренера. Способности тренера. Требования к личности тренера. Пути повышения

профессиональной компетентности тренера. Понятие «успешного тренера». Тактическое

мышление и тактические стратегии введения спортивной борьбы. Антиципация и ее виды в

спорте. Идеомоторная тренировка в спорте. Социально-психологические феномены в спорте.

Психологические особенности спортивного лидера. Стили руководства спортивным коллективом.

6. Разработчик

Зотова Наталья Георгиевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии профессиональной деятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ".