МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»
Институт естественнонаучного образования, физической культуры и безопасности жизнедеятельности
Кафедра психологии профессиональной деятельности

«УТВЕРЖДАЮ»
Проректор по учебной работе
_____ Ю. А. Жадаев
« 22 » мая 2019 г.

Психология физического воспитания и спорта

Программа учебной дисциплины

Направление 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)»

Профили «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»

очная форма обучения

Волгоград
2019

Обсуждена на заседании кафедры психологии профессиональной деятельности
«23» мая 2019 г., протокол № 10

Заведующий кафедрой _____ Зотова Н.Г. «23» мая 2019 г.
(подпись) (зав. кафедрой) (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета факультета естественнонаучного образования, физической культуры и безопасности жизнедеятельности
«27» мая 2019 г. , протокол № 8

Председатель учёного совета Веденеев А.М. _____ «27» мая 2019 г.
(подпись) (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»
«31» мая 2019 г. , протокол № 10

Отметки о внесении изменений в программу:

Лист изменений № _____ _____ _____ _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № _____ _____ _____ _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № _____ _____ _____ _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

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

Программа дисциплины «Психология физического воспитания и спорта» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 22 февраля 2018 г. N 125) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (профили «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВО «ВГСПУ» (от 31 мая 2019 г., протокол № 10).

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. Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		9
Аудиторные занятия (всего)	28	28
В том числе:		
Лекции (Л)	10	10
Практические занятия (ПЗ)	18	18
Лабораторные работы (ЛР)	–	–
Самостоятельная работа	44	44
Контроль	–	–
Вид промежуточной аттестации		ЗЧ
Общая трудоемкость часы	72	72
зачётные единицы	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	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 професиональном самоопределении.
2	Социально-психологический феномен спортивной деятельности	Психологическая характеристика спортивной деятельности.Массовый спорт и спорт высший 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.

5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	**Всего**
1	Психологическое содержание деятельности учителя ФК	6	10	–	24	40
2	Социально-психологический феномен спортивной деятельности	4	8	–	20	32

6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

6.1. Основная литература

1. Гогунов Е. Н. Психология физического воспитания и спорта [Текст] : учеб.пособие для студентов пед. вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура и спорт". - М. : Академия, 2003. - 287 с.

2. Загайнов Р. М. Психология современного спорта высших достижений. Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р. М. Загайнов. - Москва : Советский спорт, 2012. - 292 с.

3. Бабушкин Г.Д. Интеллектуально-психологическая подготовка спортсмена [Электронный ресурс]: монография/ Бабушкин Г.Д., Диких К.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2020.— 212 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/89233.html.— ЭБС «IPRbooks».

6.2. Дополнительная литература

1. Загайнов Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления [Электронный ресурс] : монография / Р. М. Загайнов. - Москва : Советский спорт, 2010. - 232 с.

2. Ильин Е.П. Психология спорта [Текст] : [учебник] / Ильин Евгений Павлович. - СПб. : Питер, 2009. - 351 с.

3. Гогунов Е.Н. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений, обучающихся по спец. "Физ. культура и спорт" / Гогунов Евгений Николаевич, Мартьянов Борис Иванович. - 2-е изд., дораб. - М. : Академия, 2004. - 223 с.

4. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов [Электронный ресурс]/ Платонов В.Н.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2019.— 656 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/83625.html.— ЭБС «IPRbooks».

5. Бабушкин Г.Д. Спортивная психология. Психологические методики в системе подготовки спортсменов к соревнованиям [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Бабушкин Г.Д., Яковлев Б.П.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2020.— 213 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/88459.html.— ЭБС «IPRbooks».

7. Ресурсы Интернета

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. Образовательный портал Волгоградского государственного социально-педагогического университета. URL: http://edu.vspu.ru.
2. Электронная библиотечная система IPRbooks. URL: http://iprbookshop.ru.
3. Портал психологических изданий PsyJournals.ru. URL: http://psyjournals.ru.
4. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. URL: http://elibrary.ru.
5. Портал учебной документации Волгоградского государственного социально-педагогического университета. URL: http://matrix2019.vspu.ru.

8. Информационные технологии и программное обеспечение

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

1. Пакет офисных приложений (редактор текстовых документов, презентаций, электронных таблиц).
2. Дистанционное консультирование СРС на образовательном портале ВГСПУ http://edu.vspu.ru/.
3. Сайт центра дистанционных образовательных технологий Волгоградского государственного социально-педагогического университета URL: http://dist.vspu.ru.
4. Технологии разработки и публикации сетевых документов.

9. Материально-техническая база

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Психология физического воспитания и спорта» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Учебная аудитория с мультимедийной поддержкой для проведения лекционных занятий.
2. Учебная аудитория для проведения практических занятий.
3. Аудитория для проведения самостоятельной работы студентов с доступом к сети Интернет.
4. Комплект переносного презентационного оборудования.

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Дисциплина «Психология физического воспитания и спорта» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору. Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций и проведение практических занятий. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Лекционные занятия направлены на формирование глубоких, систематизированных знаний по разделам дисциплины. В ходе лекций преподаватель раскрывает основные, наиболее сложные понятия дисциплины, а также связанные с ними теоретические и практические проблемы, даёт рекомендации по практическому освоению изучаемого материала. В целях качественного освоения лекционного материала обучающимся рекомендуется составлять конспекты лекций, использовать эти конспекты при подготовке к практическим занятиям, промежуточной и итоговой аттестации.

Практические занятия являются формой организации педагогического процесса, направленной на углубление научно-теоретических знаний и овладение методами работы, в процессе которых вырабатываются умения и навыки выполнения учебных действий в сфере изучаемой науки. Практические занятия предполагают детальное изучение обучающимися отдельных теоретических положений учебной дисциплины. В ходе практических занятий формируются умения и навыки практического применения теоретических знаний в конкретных ситуациях путем выполнения поставленных задач, развивается научное мышление и речь, осуществляется контроль учебных достижений обучающихся.

При подготовке к практическим занятиям необходимо ознакомиться с теоретическим материалом дисциплины по изучаемым темам – разобрать конспекты лекций, изучить литературу, рекомендованную преподавателем. Во время самого занятия рекомендуется активно участвовать в выполнении поставленных заданий, задавать вопросы, принимать участие в дискуссиях, аккуратно и своевременно выполнять контрольные задания.

Контроль за качеством обучения и ходом освоения дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов. Рейтинговая система предполагает 100-балльную оценку успеваемости студента по учебной дисциплине в течение семестра, 60 из которых отводится на текущий контроль, а 40 – на промежуточную аттестацию по дисциплине. Критериальная база рейтинговой оценки, типовые контрольные задания, а также методические материалы по их применению описаны в фонде оценочных средств по дисциплине, являющемся приложением к данной программе.

11. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью процесса обучения в вузе. Правильная организация самостоятельной работы позволяет обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, способствует формированию навыков совершенствования профессионального мастерства.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время включает в себя подготовку к аудиторным занятиям, а также изучение отдельных тем, расширяющих и углубляющих представления обучающихся по разделам изучаемой дисциплины. Такая работа может предполагать проработку теоретического материала, работу с научной литературой, выполнение практических заданий, подготовку ко всем видам контрольных испытаний, выполнение творческих работ.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в рабочей программе и включает в себя:

– рекомендуемую основную и дополнительную литературу;

– информационно-справочные и образовательные ресурсы Интернета;

– оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Конкретные рекомендации по планированию и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Психология физического воспитания и спорта» представлены в методических указаниях для обучающихся, а также в методических материалах фондов оценочных средств.

12. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств, включающий перечень компетенций с указанием этапов их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания и методические материалы является приложением к программе учебной дисциплины.