

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ 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

«30» мая 2022 г.

Психология физического воспитания и спорта

Программа учебной дисциплины

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

Профили «Физическая культура», «Безопасность жизнедеятельности»

заочная форма обучения

Волгоград
2022

Обсуждена на заседании кафедры психологии профессиональной деятельности
« 21 » 04 2022 г., протокол № 9

Заведующий кафедрой _____ Зотова Н.Г. « 21 » 04 2022 г.
(подпись) (зав. кафедрой) (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета института естественнонаучного
образования, физической культуры и безопасности жизнедеятельности
« 23 » 05 2022 г., протокол № 10

Председатель учёного совета Буркуль Т.Н. _____ « 23 » 05 2022 г.
(подпись) (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»
« 30 » мая 2022 г., протокол № 13

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 30 мая 2022 г., протокол № 13).

1. Цель освоения дисциплины

Формирование готовности педагога к обеспечению психолого-педагогического сопровождения процесса развития физической культуры личности занимающихся, посредством освоения ими воспитательного и развивающего потенциала спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психология физического воспитания и спорта» относится к базовой части блока дисциплин.

Для освоения дисциплины «Психология физического воспитания и спорта» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Организация внеурочной деятельности учителя основ безопасности жизнедеятельности», «Основы вожатской деятельности», «Технология и организация воспитательных практик (классное руководство)», «Социально-педагогическая профилактика девиантного поведения несовершеннолетних».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Методика патриотического воспитания молодежи», «Оздоровительно-досуговые технологии», «Педагогика физической культуры и спорта», прохождения практик «Производственная (педагогическая по основам безопасности жизнедеятельности) практика», «Производственная (педагогическая по физической культуре) практика».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность (ПК-2).

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 развития и воспитания личности при проектировании процесса занятий ФК;
- характеристику психических процессов, свойств и состояний личности обучающегося;
- средства и методы развития когнитивной, эмоционально-волевой, мотивационной, регуляторной сфер личности в условиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности;
- качества личности, востребуемые и формируемые в спортивной деятельности;
- об особенностях общения и межличностных отношений в процессе занятий спортом;

уметь

- проводить сравнительно-сопоставительный анализ содержания объекта, предмета и характеристик деятельности в физическом воспитании и спорте;
- создавать здоровьесберегающую воспитывающую образовательную среду с учетом психических процессов, свойств и состояний личности обучающегося, ее возрастных

особенностей;

– определять цели и направления деятельности педагога по физическому воспитанию обучающихся;

– разрабатывать критерии отбора учащихся для спортивной деятельности и соревнований;

– планировать мероприятия по психолого-педагогическому просвещению личности и обеспечению физкультурно-оздоровительных и учебно-тренировочных занятий с различными контингентами занимающихся;

владеть

– средствами анализа развивающего и воспитательного потенциала физической культуры;

– диагностическими методами позволяющими осуществлять контроль учебно-воспитательного процесса занятий ФК;

– методами организации эффективного взаимодействия субъектов физкультурно-спортивной деятельности с учетом их личностных особенностей;

– способами оптимизации психологического климата в условиях обеспечения эффективного руководства спортивной командой.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		4л / 5з
Аудиторные занятия (всего)	18	14 / 4
В том числе:		
Лекции (Л)	6	6 / –
Практические занятия (ПЗ)	12	8 / 4
Лабораторные работы (ЛР)	–	– / –
Самостоятельная работа	81	58 / 23
Контроль	9	– / 9
Вид промежуточной аттестации		– / ЭК
Общая трудоемкость	часы	108
	зачётные единицы	3
		72 / 36
		2 / 1

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Введение в психологию физического воспитания и спорта	Психология физического воспитания и спорта как научная и практическая дисциплина. Феномен физической культуры. Взаимосвязь физического, психомоторного и психического развития личности. Деятельность в физическом воспитании и спорте и ее ресурсы для направленного развития личности.
2	Психология физического воспитания	Психологические закономерности организации процесса физического воспитания детей и подростков с учетом особенностей возрастного развития. Основные направления деятельности педагога по физическому воспитанию обучающихся. Психологические особенности

		воспитания личностных качеств и способностей (интеллектуальных, волевых, регулятивных, духовно-нравственных) в образовательном пространстве физической культуры. Ценностно-мотивационная сфера обучающегося: потребности и мотивы двигательной деятельности, двигательной активности в векторах физического (само-) воспитания и спортивного совершенствования. Факторы повышения активности учащихся на уроках физической культуры. Деятельность учителя физической культуры. Психологические особенности и авторитет педагога по физической культуре. Психология малых групп в системе физической культуры
3	Психология спорта	Психологическая характеристика спортивной деятельности. Психология спортивного соревнования. Психологические основы интегральной подготовки в спорте (функциональной, физической, технико-тактической, психологической). Психические состояния в спортивной деятельности и способы их оптимизации. Психологические особенности личности тренера. Психологические особенности спортсмена как субъекта спортивной деятельности. Психологические основы управления процессом спортивной тренировки и спортивной подготовки. Психологические основы спортивного отбора. Особенности психологической подготовки спортсменов и команд. Методы психодиагностики в спорте. Социально-психологическая характеристика спортивных групп, психология спортивных групп и коллективов.

5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	Всего
1	Введение в психологию физического воспитания и спорта	2	1	–	16	19
2	Психология физического воспитания	2	6	–	35	43
3	Психология спорта	2	5	–	30	37

6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

6.1. Основная литература

1. Бочавер, К. А. Психология детско-юношеского спорта : книга для родителей спортсмена и тренеров / К. А. Бочавер, Л. М. Довжик. — Москва : Издательство «Спорт», 2021. — 272 с. — ISBN 978-5-907225-70-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/110430.html>.

2. Спортивная психология : учебник / Г. Д. Бабушкин, Е. Г. Бабушкин, В. А.

Сальников, Е. А. Науменко ; под редакцией Г. Д. Бабушкина. — Саратов : Вузовское образование, 2021. — 400 с. — ISBN 978-5-4487-0744-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/99249.html>.

3. Серова, Л. К. Мотивация в спортивной деятельности : монография / Л. К. Серова. — Москва : Издательство «Спорт», 2020. — 144 с. — ISBN 978-5-907225-38-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/98638.html>.

6.2. Дополнительная литература

1. Педагогические измерения в спорте: методы, анализ и обработка результатов : монография / В. П. Губа, Г. И. Попов, В. В. Пресняков, М. С. Леонтьева. — Москва : Издательство «Спорт», 2021. — 324 с. — ISBN 978-5-907225-47-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/101290.html>.

2. Гиссен, Л. Д. Время стрессов. Обоснование и практические результаты психопрофилактической работы в спортивных командах / Л. Д. Гиссен. — 2-е изд. — Москва : Издательство «Спорт», 2022. — 200 с. — ISBN 978-5-907225-75-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/116353.html>.

3. Серова, Л. К. Психодиагностические методики в спортивной деятельности : учебное пособие / Л. К. Серова. — Москва : Издательство «Спорт», 2021. — 384 с. — ISBN 978-5-907225-63-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/107701.html>.

4. Психологические вопросы физического воспитания в школе : Сб. работ ин-та физ. культуры / Под ред. П.А.Рудика, А.Ц.Пуни, Н.А.Худадова. - М. : Физкультура и спорт, 1966. - 163,[3] с. - (Проблемы психологии спорта). - ISBN 1 экз. : 0-73..

5. Гогонов, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений, обучающихся по спец. "Физ. культура и спорт" / Гогонов Евгений Николаевич, Мартыянов Борис Иванович. - 2-е изд., дораб. - М. : Академия, 2004. - 223,[1] с. : табл., рис. - (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). - Библиогр. в конце глав. - Рекомендовано МО РФ . - Издат. программа "Физическая культура и спорт". - ISBN 5-7695-2089-2; 5 экз. : 96-96.

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://matrix.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 базовой части блока дисциплин. Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций и проведение практических занятий. Промежуточная аттестация проводится в форме , экзамена.

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.