

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сибирский государственный индустриальный университет»

Кафедра физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ
Директор института физической
культуры, здоровья и спорта
_____ В.Б. Костерев
подпись
« ____ » _____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Психология физической культуры и спорта

44.03.01 «Педагогическое образование»
(направленность (профиль): «Физическая культура»)

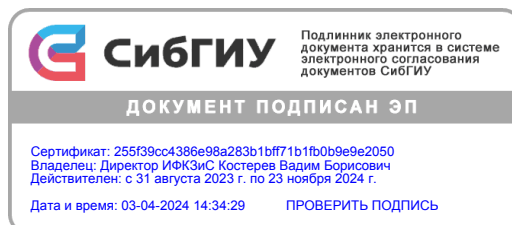
Квалификация выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Очная форма

Срок обучения: 4 года

Год начала подготовки 2024

Новокузнецк
2024



1 Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Целями учебной дисциплины являются:

- Развитие у студентов понимания влияния психологических факторов на здоровье и образ жизни: анализ мотивации к занятиям физической культурой и спортом, формирование психологического комфорта во время занятий;
- Развитие у студентов навыков анализа и применения психологических теорий и методов в контексте физической культуры и спорта: понимание психологических основ тренировочного процесса, соревновательной деятельности и физического воспитания.

Задачами учебной дисциплины являются:

- Изучение психологических особенностей спортсменов: анализ мотивации, управления стрессом, развития самооценки и саморегуляции в спортивной деятельности;
- Изучение психологических аспектов массового спорта и рекреации: мотивация к занятиям физической активностью, преодоление психологических барьеров при начале занятий;
- Изучение влияния психологических факторов на достижение спортивных результатов: анализ психологических стратегий победы, управление мотивацией в процессе соревнований, формирование психологической устойчивости.

2 Место учебной дисциплины в структуре ООП по направлению подготовки (специальности)

Учебная дисциплина относится к учебным дисциплинам обязательной части **Блока 1 «Дисциплины (модули)»** ООП по направлению подготовки (специальности) 44.03.01 «Педагогическое образование».

Учебная дисциплина базируется на предварительном усвоении обучающимися учебных дисциплин:

- Психодиагностика;
- Педагогика;
- Психология;
- Физиология физического воспитания и спорта.

Учебная дисциплина дополняет знания и умения, получаемые по одновременно изучаемым и последующим учебным дисциплинам:

- Лечебная физическая культура и массаж;
- Современные оздоровительные методики.

3 Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине

Процесс изучения учебной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– Общепрофессиональные компетенции

Наименование категории (группы) ОПК	Код и наименование ОПК	Код и наименование индикатора достижения ОПК	Планируемые результаты обучения
Контроль и оценка формирования результатов образования	ОПК-5: Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении	ОПК-5.2 Применяет методы и методики диагностики и оценки уровня и динамики развития обучающихся; проводит педагогическую диагностику неуспеваемости обучающихся	– знать: методы и методики диагностики и оценки уровня и динамики развития обучающихся. – уметь: проводить педагогическую диагностику неуспеваемости обучающихся.
		ОПК-5.3 Осуществляет контроль и оценку образовательных результатов обучающихся; применяет специальные технологии и методы, позволяющие корректировать трудности в обучении	– знать: контроль и оценку образовательных результатов обучающихся. – уметь: применяет специальные технологии и методы, позволяющие корректировать трудности в обучении.
Взаимодействие с участниками образовательных отношений	ОПК-7: Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	ОПК-7.1 Понимает психологические принципы взаимодействия участников образовательных отношений; основные закономерности семейных отношений; закономерности формирования и развития детско-взрослых, детских и подростковых сообществ	– знать: психологические принципы взаимодействия участников образовательных отношений. – уметь: идентифицировать закономерности формирования и развития детско-взрослых, детских и подростковых сообществ, такие как процессы социализации, взаимодействия среди членов сообщества и

			формирование общих ценностей и норм.
		ОПК-7.2 Выбирает формы, методы, приемы взаимодействия с разными участниками образовательного процесса (обучающимися, родителями, педагогами, администрацией) в соответствии с контекстом ситуации	<p>– знать: формы, методы, приемы взаимодействия с разными участниками образовательного процесса (обучающимися, родителями, педагогами, администрацией) в соответствии с контекстом ситуации.</p> <p>– уметь: выбирать формы, методы, приемы взаимодействия с разными участниками образовательного процесса (обучающимися, родителями, педагогами, администрацией) в соответствии с контекстом ситуации.</p>
		ОПК-7.3 Выявляет в ходе наблюдения поведенческие и личностные проблемы обучающихся, связанные с особенностями их развития; взаимодействует с другими специалистами с целью коррекции выявленных проблем	<p>– знать: поведенческие и личностные проблемы обучающихся, связанные с особенностями их развития; взаимодействует с другими специалистами с целью коррекции выявленных проблем.</p> <p>– уметь: выявлять в ходе наблюдения поведенческие и личностные проблемы обучающихся, связанные с особенностями их</p>

			развития; взаимодействует с другими специалистами с целью коррекции выявленных проблем.
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8: Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1 Понимает содержание научных исследований и специальных знаний в сфере образования и закономерности проектирования и осуществления образовательного процесса	– знать: методы и приемы обучения и воспитания, основанные на научных данных и исследованиях. – уметь: критически оценивать педагогические методы и приемы на основе современных научных данных и проводить их адаптацию в конкретных образовательных условиях.

– Профессиональные компетенции

Наименование категории (группы) ПК	Код и наименование ПК	Код и наименование индикатора достижения ПК	Планируемые результаты обучения
	ПК-2: Способен осуществлять воспитание в области физической культуры	ПК-2.1 Принимает участие в разработке и реализации воспитательных программ, учитывающих возможности различных видов деятельности ребенка	– знать: требования к разработке и реализации воспитательной программы. – уметь: адаптировать воспитательные методы и приемы под индивидуальные особенности каждого ребенка, учитывая их возможности и потребности.
	ПК-3: Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и	ПК-3.3 Определяет основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития и социализации личности, индикаторы	– знать: основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития и социализации личности. – уметь: определять

	метапредметных результатов обучения средствами физической культуры	и индивидуальные особенности траектории жизни и их возможные девиации, приемы их диагностики	основные закономерности возрастного развития.
--	--	--	---

4 Объем и содержание учебной дисциплины

Учебные занятия по учебной дисциплине проводятся в форме контактной работы и в форме самостоятельной работы обучающихся.

Контактная работа включает в себя занятия лекционного типа (лекции), занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы), промежуточную аттестацию обучающихся и иные формы взаимодействия обучающихся с педагогическими работниками и (или) лицами, привлекаемыми к реализации ООП на иных условиях, в том числе при проведении промежуточной аттестации обучающихся. Контактная работа может проводиться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

Объем учебной дисциплины

Семестр / курс		ИТОГО	8 семестр зачет с оценкой
Форма промежуточной аттестации			
Трудоёмкость	<i>академ. час.</i>	108	108
	<i>зачетных единиц</i>	3	3
Лекции, <i>академ. час.</i>		28	28
в форме практической подготовки		0	0
Лабораторные работы, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Практические занятия, <i>академ. час.</i>		28	28
в форме практической подготовки		0	0
Курсовая работа / проект, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Консультации, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Самостоятельная работа, <i>академ. час.</i>		43	43
в форме практической подготовки		0	0
Контроль, <i>академ. час.</i>		9	9
в форме практической подготовки		0	0

Содержание учебной дисциплины

Раздел 1 Психология воспитания и обучения в спортивной деятельности;

Тема 1.1 Психология личности учителя физической культуры и тренера;

Тема 1.2 Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры;

Тема 1.3 Мотивационная сфера школьника;
Тема 1.4 Познавательная и двигательная активность школьника во время занятий физическими упражнениями;
Тема 1.5 Психологические особенности спортивной деятельности;
Раздел 2 Социально-психологическое обеспечение подготовки;
Тема 2.1 Мотивация спортивной деятельности;
Тема 2.2 Основы психорегуляции и психогигиены в спорте;
Тема 2.3 Психологическое обеспечение спортивной деятельности.;
Тема 2.4 Социальная психология спортивных групп.

5 Перечень тем лекций

№ раздела / темы дисциплины	Темы лекций	Трудоемкость, <i>академ. час</i>	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1.	Психология воспитания и обучения в спортивной деятельности	14	
Раздел 2.	Социально-психологическое обеспечение подготовки	14	
Итого:		28	0

6 Перечень тем практических занятий (семинаров)

№ раздела / темы дисциплины	Темы практических занятий (семинаров)	Трудоемкость, <i>академ. час</i>	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1.	Психология воспитания и обучения в спортивной деятельности	14	
Раздел 2.	Социально-психологическое обеспечение подготовки	14	
Итого:		28	0

7 Перечень тем лабораторных работ

№ раздела / темы дисциплины	Темы лабораторных работ	Трудоемкость, <i>академ. час</i>	
		всего	в форме практической подготовки
	<i>Отсутствуют</i>		
Итого:		0	0

8 Перечень тем курсовых работ (проектов)

№ раздела / темы дисциплины	Темы курсовых работ (проектов)	Трудоемкость, <i>академ. час</i>	
		всего	в форме практической подготовки
	<i>Отсутствуют</i>		
Итого:		0	0

9 Виды самостоятельной работы

№ раздела / темы дисциплины	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость, <i>академ. час</i>	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1.	1. Выполнение домашнего задания; 2. Изучение лекционного материала; 3. Подготовка к практическому занятию; 4. Прохождение тестирования.	20	
Раздел 2.	1. Выполнение домашнего задания; 2. Изучение лекционного материала; 3. Подготовка к практическому занятию; 4. Прохождение тестирования.	23	
<i>Контроль</i>	<i>Подготовка к зачёту</i>	9	
Итого:		52	0

10 Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

а) литература:

1 Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина, Н. Л. Ильина, С. В. Медников, Е. Е. Хвацкая ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 609 с. — ISBN 978-5-534-17746-6. — URL: <https://urait.ru/bcode/536546> (дата обращения: 31.03.2024);

2 Психология физической культуры : учебник : / под общ. ред. Б. П. Яковлева, Г. Д. Бабушкина. — Москва : Спорт, 2016. — 624 с. : ил. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255> (дата обращения: 31.03.2024);

3 Мельник, Е. В. Психология спортивно-педагогической деятельности : учебное пособие / Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская. — Минск : РИПО, 2022. — 281 с. : ил., табл., схем. — ISBN 978-

985-895-081-1. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=711517>
(дата обращения: 31.03.2024).

б) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1 Консультант студента : электронно-библиотечная система / ООО «КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА». – Москва, [200 –]. – URL: <http://www.studentlibrary.ru>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

2 ЛАНЬ : электронно-библиотечная система : [коллекция «Инженерно-технические науки»] / ООО «Издательство ЛАНЬ». – Санкт-Петербург, [200 –]. – URL: <http://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

3 НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU : база данных / ООО «НЭБ». – Москва, [200 –]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа: по подписке;

4 Образовательная платформа ЮРАЙТ / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – Москва, [200 –]. – URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей;

5 Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система / ООО «Директ-Медиа». – Москва, [200 –]. – URL: <https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей. – URL: <http://www.biblioclub.ru>;

6 Электронная библиотека // Научно-техническая библиотека СибГИУ : сайт. – Новокузнецк, [200 –]. – URL: <http://library.sibsiu.ru/LibrELibraryFullText.asp>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей. – URL: <https://library.sibsiu.ru/LibrELibraryFullText.asp>;

7 Электронные периодические издания ИВИС : универсальная база данных / ООО «ИВИС». – Москва, [200 –]. – URL: <http://eivis.ru>. – Режим доступа: по подписке;

8 Электронный каталог : сайт / Научно-техническая библиотека СибГИУ. – Новокузнецк, [199 –]. – URL: <http://libr.sibsiu.ru>. – URL: <https://libr.sibsiu.ru>.

в) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- 7-Zip;
- Adobe Acrobat Reader;
- Astra Linux Special Edition;
- Kaspersky Endpoint Security;
- Microsoft Office;
- Microsoft Windows;
- OnlyOffice;
- Р7-Офис.

г) базы данных и информационно-справочные системы:

1 ГАРАНТ : справочно-правовая система / ООО «Правовой центр «Гарант». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть Сиб. гос. индустр. ун-та.;

2 КонсультантПлюс : справочно-правовая система / ООО «Информационный центр АНВИК». – Новокузнецк, [199 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть библиотеки Сиб. гос. индустр. ун-та.;

3 Техэксперт : информационно-справочная система / ООО «Группа компаний «Кодекс». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть Сиб. гос. индустр. ун-та.

11 Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины включает учебные аудитории, оснащенные оборудованием, компьютерной техникой, и техническими средствами обучения, в том числе:

- учебную аудиторию для проведения занятий лекционного типа, оборудованную учебной доской, экраном и мультимедийным проектором;
- учебную аудиторию для проведения занятий семинарского типа (практических занятий), оснащенную мультимедийным оборудованием;
- учебную аудиторию (помещения) для групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации;
- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, научно-техническую библиотеку СибГИУ.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки (специальности) 44.03.01 «Педагогическое образование».

Составитель(и):

заведующий сектором опоп Морина Анна Станиславовна
(кафедра дошкольного и начального образования).

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры.

Приложение

Аннотация

рабочей программы дисциплины «Психология физической культуры и спорта»

по направлению подготовки (специальности)

44.03.01 «Педагогическое образование»

(направленность (профиль): «Физическая культура»)

форма обучения – Очная форма

1 Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Целями учебной дисциплины являются:

- Развитие у студентов понимания влияния психологических факторов на здоровье и образ жизни: анализ мотивации к занятиям физической культурой и спортом, формирование психологического комфорта во время занятий;
- Развитие у студентов навыков анализа и применения психологических теорий и методов в контексте физической культуры и спорта: понимание психологических основ тренировочного процесса, соревновательной деятельности и физического воспитания.

Задачами учебной дисциплины являются:

- Изучение психологических особенностей спортсменов: анализ мотивации, управления стрессом, развития самооценки и саморегуляции в спортивной деятельности;
- Изучение психологических аспектов массового спорта и рекреации: мотивация к занятиям физической активностью, преодоление психологических барьеров при начале занятий;
- Изучение влияния психологических факторов на достижение спортивных результатов: анализ психологических стратегий победы, управление мотивацией в процессе соревнований, формирование психологической устойчивости.

2 Место учебной дисциплины в структуре ООП по направлению подготовки (специальности)

Учебная дисциплина относится к учебным дисциплинам обязательной части **Блока 1 «Дисциплины (модули)»** ООП по направлению подготовки (специальности) 44.03.01 «Педагогическое образование».

Учебная дисциплина базируется на предварительном усвоении обучающимися учебных дисциплин:

- Психодиагностика;
- Педагогика;
- Психология;

– Физиология физического воспитания и спорта.

Учебная дисциплина дополняет знания и умения, получаемые по одновременно изучаемым и последующим учебным дисциплинам:

- Лечебная физическая культура и массаж;
- Современные оздоровительные методики.

3 Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине

Процесс изучения учебной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– Общепрофессиональные компетенции

Наименование категории (группы) ОПК	Код и наименование ОПК	Код и наименование индикатора достижения ОПК	Планируемые результаты обучения
Контроль и оценка формирования результатов образования	ОПК-5: Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении	ОПК-5.2 Применяет методы и методики диагностики и оценки уровня и динамики развития обучающихся; проводит педагогическую диагностику неуспеваемости обучающихся	– знать: методы и методики диагностики и оценки уровня и динамики развития обучающихся. – уметь: проводить педагогическую диагностику неуспеваемости обучающихся.
		ОПК-5.3 Осуществляет контроль и оценку образовательных результатов обучающихся; применяет специальные технологии и методы, позволяющие корректировать трудности в обучении	– знать: контроль и оценку образовательных результатов обучающихся. – уметь: применяет специальные технологии и методы, позволяющие корректировать трудности в обучении.
Взаимодействие с участниками образовательных отношений	ОПК-7: Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	ОПК-7.1 Понимает психологические принципы взаимодействия участников образовательных отношений; основные закономерности семейных отношений;	– знать: психологические принципы взаимодействия участников образовательных отношений. – уметь: идентифицировать закономерности формирования и

		<p>закономерности формирования и развития детско-взрослых, детских и подростковых сообществ</p>	<p>развития детско-взрослых, детских и подростковых сообществ, такие как процессы социализации, взаимодействия среди членов сообщества и формирование общих ценностей и норм.</p>
		<p>ОПК-7.2 Выбирает формы, методы, приемы взаимодействия с разными участниками образовательного процесса (обучающимися, родителями, педагогами, администрацией) в соответствии с контекстом ситуации</p>	<p>– знать: формы, методы, приемы взаимодействия с разными участниками образовательного процесса (обучающимися, родителями, педагогами, администрацией) в соответствии с контекстом ситуации. – уметь: выбирать формы, методы, приемы взаимодействия с разными участниками образовательного процесса (обучающимися, родителями, педагогами, администрацией) в соответствии с контекстом ситуации.</p>
		<p>ОПК-7.3 Выявляет в ходе наблюдения поведенческие и личностные проблемы обучающихся, связанные с особенностями их развития; взаимодействует с другими специалистами с</p>	<p>– знать: поведенческие и личностные проблемы обучающихся, связанные с особенностями их развития; взаимодействует с другими специалистами с целью коррекции</p>

		целью коррекции выявленных проблем	выявленных проблем. – уметь: выявлять в ходе наблюдения поведенческие и личностные проблемы обучающихся, связанные с особенностями их развития; взаимодействует с другими специалистами с целью коррекции выявленных проблем.
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8: Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1 Понимает содержание научных исследований и специальных знаний в сфере образования и закономерности проектирования и осуществления образовательного процесса	– знать: методы и приемы обучения и воспитания, основанные на научных данных и исследованиях. – уметь: критически оценивать педагогические методы и приемы на основе современных научных данных и проводить их адаптацию в конкретных образовательных условиях.

– Профессиональные компетенции

Наименование категории (группы) ПК	Код и наименование ПК	Код и наименование индикатора достижения ПК	Планируемые результаты обучения
	ПК-2: Способен осуществлять воспитание в области физической культуры	ПК-2.1 Принимает участие в разработке и реализации воспитательных программ, учитывающих возможности различных видов деятельности ребенка	– знать: требования к разработке и реализации воспитательной программы. – уметь: адаптировать воспитательные методы и приемы под индивидуальные особенности каждого ребенка, учитывая их возможности и

			потребности.
	ПК-3: Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами физической культуры	ПК-3.3 Определяет основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития и социализации личности, индикаторы и индивидуальные особенности траектории жизни и их возможные девиации, приемы их диагностики	– знать: основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития и социализации личности. – уметь: определять основные закономерности возрастного развития.

4 Объем учебной дисциплины

Семестр / курс		ИТОГО	8 семестр
Форма промежуточной аттестации			зачет с оценкой
Трудоёмкость	<i>академ. час.</i>	108	108
	<i>зачетных единиц</i>	3	3
Лекции, <i>академ. час.</i>		28	28
в форме практической подготовки		0	0
Лабораторные работы, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Практические занятия, <i>академ. час.</i>		28	28
в форме практической подготовки		0	0
Курсовая работа / проект, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Консультации, <i>академ. час.</i>		0	0
в форме практической подготовки		0	0
Самостоятельная работа, <i>академ. час.</i>		43	43
в форме практической подготовки		0	0
Контроль, <i>академ. час.</i>		9	9
в форме практической подготовки		0	0

5 Краткое содержание учебной дисциплины

В структуре учебной дисциплины выделяются следующие основные разделы (темы):

Раздел 1 Психология воспитания и обучения в спортивной деятельности;

Тема 1.1 Психология личности учителя физической культуры и тренера;

Тема 1.2 Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры;

Тема 1.3 Мотивационная сфера школьника;

Тема 1.4 Познавательная и двигательная активность школьника во время занятий физическими упражнениями;

Тема 1.5 Психологические особенности спортивной деятельности;

Раздел 2 Социально-психологическое обеспечение подготовки;

Тема 2.1 Мотивация спортивной деятельности;

Тема 2.2 Основы психорегуляции и психогигиены в спорте;

Тема 2.3 Психологическое обеспечение спортивной деятельности.;

Тема 2.4 Социальная психология спортивных групп.

6 Составитель(и):

заведующий сектором опоп Морина Анна Станиславовна
(кафедра дошкольного и начального образования).