

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.О.02 МОДУЛЬ «ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ»  
Б1.О.02.02 ПСИХОЛОГИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-  
СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТРЕНЕРА**

**Направление подготовки - 49.03.01 Физическая культура**

**Профиль подготовки – «Спортивная тренировка»**

**Квалификация выпускника: Бакалавр**

**Форма и сроки обучения – очная (4 года); заочная – (4 года 6 мес.)**

Форма обучения	Семестр	Трудоемкость	Виды учебной работы					СРС	Форма аттестации
			Лекции	Практ. занятия	Лабор. занятия	Промежуточный контроль			
Очная	3	72	12	24			36	зачет	
Заочная	4	72	2	2		3	65	зачет	

**Махачкала, 2021**

Ханов Р.Г. Рабочая программа дисциплины «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера». – Махачкала: ДГПУ, 2021. 26 с.

**Программа утверждена на заседаниях:**

кафедры теории и методики физической культуры

(протокол № от « » 2021 г.)

Зав. кафедрой - Абдулаева Мадина Алиасхабовна \_\_\_\_\_

(подпись)

\_\_\_\_\_ (дата)

Ученого совета факультета физической культуры и БЖ (протокол № 8 от «25» мая 2021г.)

Председатель совета: Исмаилов Ш.О., доцент к.п.н. \_\_\_\_\_ 2021 г.

подпись

Учебно-методическом совета ДГПУ

(протокол № 3от «31» мая 2021 г.)

Председатель совета \_

Дибиров И.А., д.ф.н, проф.

И.А. Дибиров

## **1. Цель и задачи освоения дисциплины**

**Целью дисциплины** Б1.О.02.02 «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера» - показать будущим специалистам важность и содержание психологического аспекта в деятельности преподавателя физической культуры. Повысить эффективность их педагогической деятельности. Дать будущим специалистам необходимые знания по психологии физического воспитания и спортивной деятельности. Научить будущих преподавателей использованию в своей работе психологических закономерностей, установленных исследованиями психологов спорта. Ознакомить будущих специалистов с основными психодиагностическими методами изучения индивидуально-психологических особенностей и состояний спортсмена. Научить будущих специалистов основным методам регуляции психических состояний. Дать будущим преподавателям физического воспитания знания для установления взаимоотношений с людьми.

### **Задачи дисциплины:**

- формирование умений и навыков планирования и построения карьеры, определения наиболее эффективных путей, средств и методов достижения успеха в профессиональной деятельности;
- раскрыть пути и способы профессионального самообразования, личностного роста и профессиональной карьеры;
- сформировать мотивацию к развитию профессиональной карьеры.

## **2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина Б1.О.02.02 «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера» относится к Психолого-педагогическому модулю учебного плана основной профессиональной образовательной программы подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 Физическая культура.

Дисциплина Б1.О.02.02 «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера» базируется на компетенциях, знаниях и умениях, сформированных в ходе изучения дисциплин «Психология физической культуры и спорта», «Гимнастика», «Анатомия», «Футбол».

Компетенции, сформированные в процессе изучения дисциплины необходимы для освоения содержания дисциплин «Лечебная физическая культура», «Биомеханика», «Физиология физической культуры и спорта», «Физическая культура и спорт», выполнения заданий (учебной, производственной практик, научно-исследовательской работы и выпускной квалификационной работы).

Дисциплина «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера» ориентирует студентов на педагогическую деятельность учителя физической культуры, которая рассматривается с точки зрения психолога (в отличие от курса психологии спорта, где главным объектом является действующий спортсмен). Данный курс должен помочь будущим учителям физической культуры понять свою деятельность, составить о ней представление с учетом психологических знаний. Является профилирующей дисциплиной в системе профессионального физкультурного образования. Профилирующее и ведущее положение данной дисциплины обосновано тем, что деятельности специалиста по Физической культуре имеет, прежде всего, педагогическую направленность, следовательно, предполагает:

-изучение и совершенствование физических, психических и функциональных возможностей человека;

-разработку и утверждение принципов активного и здорового образа жизни; - практическую реализацию принципов средствами физической культуры и спорта в процессе формирования личности, ее приобщения к общечеловеческим ценностям, ценностям физической культуры и спорта.

### 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

В результате освоения содержания программы у бакалавра должны быть сформированы компетенции:

Формируемые компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (Код и наименование индикатора достижения компетенции)
<b>Профессиональные компетенции</b>	
<p><b>ПК-2.</b> Способен организовать индивидуальную и групповую педагогическую деятельность в предметной области физической культуры</p>	<p><b>ПК-2.1.</b> Знает нормативно-правовое обеспечение в области образования физической культуры; формы обучения, технологии, методы и приемы обучения физической культуры; перечень нормативно-правовых документов, необходимых для организации и регулирования деятельности в образовательных учреждениях различных уровней; основные принципы построения содержания образования в области физической культуры и спорта.</p> <p><b>ПК-2.2.</b> Реализует общеобразовательные программы в сфере физической культуры и спорта.</p> <p><b>ПК-2.3.</b> Обеспечивает учебно-методическое сопровождение реализации общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта.</p>
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>	
<p><b>ОПК-2</b> - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p><b>ОПК-2.1.</b> Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;</p> <p><b>ОПК-2.2.</b> Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность(способности) ребенка</p>

### 4. Трудоемкость изучения дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы (72 часа).  
Дисциплина изучается в 3-4 семестрах.

Таблица 1.

Объём дисциплины	Всего часов	
	очная форма обучения	заочная форма обучения
<b>Аудиторная работа (всего):</b>	36	4
в том числе:		
лекции	12	2
семинары, практические занятия	24	2

практикумы		
лабораторные работы		
<b>Внеаудиторная работа:</b>		
В том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем:		
курсовое проектирование	-	-
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с		
Промежуточный контроль		3
<b>Самостоятельная работа обучающихся (всего)</b>	36	65
<b>Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)</b>	зачет	зачет
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	72	72

## 5. Содержание дисциплины «Педагогика физкультурно-спортивной деятельности»

### 5.1. Тематический план

Таблица 2.

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость их изучения								Промежуточный контроль
		Лекции		Практические занятия		Лабораторные занятия		Самостоятельная работа		
		очно	заочно	очно	заочно	очно	заочно	очно	заочно	
1	Введение в психологию физической культуры и спорта	2		4				8	14	Опрос; реферат; эссе.
2	Психологические особенности спортивной деятельности	4	2	6	2			8	14	реферат; тестирование; собеседование.
3	Психологические основы спортивной дидактики	2		4				8	14	тестирование; собеседование; защита практического задания.
4	Психология личности тренера	2		6				6	14	тестирование; собеседование; защита практического задания.
5	Психология спортивных групп	2		4				6	9	тестирование; собеседование; защита практического задания.
	<b>Итого:</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>24</b>	<b>2</b>			<b>36</b>	<b>65</b>	<b>3</b>

**5.2.Содержание разделов дисциплины «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера» и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)**

Таблица 3.

	<b>Наименование раздела дисциплины</b>	<b>Содержание</b>
<i>Содержание лекционного курса</i>		
1	Введение в психологию физической культуры и спорта.	Предмет психологии физического воспитания и спорта. Педагогическая направленность психологии физического воспитания Психология спорта как прикладная отрасль психологической науки. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта. Особенности деятельности в физическом воспитании
2	Психологические особенности спортивной деятельности.	Психологическая характеристика физических качеств. Психологические особенности двигательных навыков. Психологическая структура двигательного действия. Психологические основы формирования двигательного навыка. Стадии формирования двигательных навыков. Двигательные ощущения? основа саморегуляции моторных действий. Специализированные восприятия в спорте. Роль представлений в управлении движениями. Реакция в спорте. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе. Предсоревновательные психические состояния. Причины динамики предсоревновательного психического напряжения. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности.
3	Психологические основы спортивной дидактики	Психологические основы обучения и спортивного совершенствования. Психологическое обеспечение физической подготовки спортсменов. Психологические основы физической подготовки. Особенности осознания физических качеств. Краткая психологическая характеристика основных физических качеств. Специализированные восприятия физических качеств и их взаимодействие с двигательными навыками. Психологическое обеспечение технической подготовки спортсменов. Психологические особенности технической подготовки. Связь технической подготовки спортсмена с развитием психических процессов и функций. Психологические особенности двигательных навыков. Формирование двигательных навыков. Психологическое обеспечение тактической подготовки спортсменов. Психологические особенности тактической подготовки. Связь тактической подготовки спортсмена с развитием

		психических функций. Тактическое мышление спортсмена. Психологические особенности планирования тактических действий спортсмена и реализации плана. Методы совершенствования тактического мышления. Моделирование спортивной деятельности как метод организационной подготовки к соревнованиям.
4	Психология личности тренера	Деятельность тренера физической культуры. Способности, необходимые тренеру физической культуры. Умения тренера физической культуры. Силь деятельности тренера физической культуры. Объективные и субъективные трудности в деятельности тренера физической культуры. Авторитет тренера физической культуры. Психологические особенности личности тренера.
5	Психология спортивных групп	Мотивация спортивной деятельности. Психологические основы диагностики в спорте. Методика психодиагностических измерений в спорте. Методы измерения надежности и устойчивости соревновательной деятельности. Методы исследования психических процессов. Методы диагностики функциональных состояний. Методы изучения групповой деятельности. Психологические основы отбора в спорте. Основные методологические принципы психологического отбора. Система психологического отбора спортсмена. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований. Психологическая подготовка спортсменов к продолжительному тренировочному процессу. Психологические особенности спортивного соревнования. Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Специальная психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в условиях соревнования. Основы планирования психологической подготовки спортсменов к соревнованиям. Основы психорегуляции в спорте. Основы психогигиены в спорте. Методы восстановления психической работоспособности.

### 5.3. Тематика практических (семинарских, лабораторных) занятий и перечень заданий

Таблица 4.

№ п/п	Тема практического (семинарского) занятия	Задания (или вопросы для обсуждения на сем. занятии)	Форма отчётности	Литература
1	Мотивация учебно-физкультурной и спортивной деятельности.	Теоретико-методологические основы возникновения мотивации к занятиям физической культурой и спортом. Виды мотивации. Способы ее повышения.	опрос	
2	Эмоциональная сфера	Специфика эмоциональной	опрос	

	спортсменов и ее проявление в спортивной деятельности.	сферы спортсменов. Эмоциональная сфера спортсменов в процессе спортивной деятельности. Основы ее проявления.		
3	Волевая сфера спортсменов и ее проявление в спортивной деятельности.	Специфика волевой сферы спортсменов. Волевая сфера спортсменов в процессе спортивной деятельности. Основы ее проявления.	опрос	
4	Интеллектуальная сфера спортсменов и ее проявление в спортивной деятельности.	Особенности интеллектуальной сферы спортсменов. Способы ее развития и диагностики.	опрос	
5	Психология спортивной карьеры	Спортивная карьера: сущность, особенности, характеристика.	опрос	
6	Пригодность к спортивной деятельности и типологические особенности.	Способы и приемы диагностики пригодности к спортивной деятельности в избранном виде спорта.	опрос	
7	Изучения структурных компонентов личности спортсмена	Методики изучения структурных компонентов личности спортсмена	опрос	
8	Индивидуализация педагогического воздействия тренеров на спортсменов.	Индивидуальный подход в учебно-тренировочном процессе избранного вида спорта.	опрос	
9	Индивидуально-типические особенности человека и пригодность к спортивной деятельности.	Характеристика индивидуально-типических особенностей человека и пригодность к спортивной деятельности в избранном виде спорта.	опрос	
10	Психология тренировочного процесса	Способы формирования умений и навыков в учебно-тренировочном процессе (на примере избранного вида спорта)	опрос	
11	Психологический климат и межличностные отношения в спортивной команде	Методики изучения психологического климата и межличностных отношений в спортивной команде	опрос	
12	Управление конфликтами	Способы управления конфликтами в спортивной деятельности	опрос	

#### 5.4. Задания самостоятельной работы

Таблица 5.

№	Раздел (тема)	Количе	Задания для	Форма	Литерат
---	---------------	--------	-------------	-------	---------

п/п	программы	ство часов	самостоятельного выполнения	отчетност и	ура
1	Введение в психологию физической культуры и спорта.	6	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	доклад	
2	Психологические особенности спортивной деятельности.	8	Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	Реферат, собеседование, устный опрос	
3	Психологические основы спортивной дидактики	6	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	опрос	
4	Психология личности тренера	8	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	опрос	
5	Психология спортивных групп	8	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	Реферат, собеседование, устный опрос	

### 5.5. Темы рефератов

1. Возрастные особенности развития движений у детей.
2. Физические качества личности.
3. Возрастные изменения физических качеств.
4. Психологические основы обучения двигательным действиям.
5. Двигательная активность и здоровье человека.
6. Роль психомоторики в процессах познания.
7. Роль психомоторики в общении.
8. Роль психомоторики в диагностике психологических особенностей.
9. Двигательная активность как средство повышения интеллектуальной активности.
10. Двигательная активность как средство регуляции состояний человека.
11. Особенности личности спортсмена
12. Индивидуальные особенности спортивных мотивов.
13. Предстартовые эмоциональные состояния.
14. Проявление волевых качеств в спорте.
15. Особенности интеллектуального развития спортсменов.
16. Методы психорегуляции в спорте (раскрыть один из методов).
17. Психологические особенности спортивного соревнования.
18. Психологические особенности воспитания спортсмена.
9. Социально-психологические особенности спортивной команды.
20. Особенности спортивной карьеры.
21. Психология болельщика.
22. Физическая культура в системе общекультурных ценностей.
23. Символика и атрибутика Олимпийских игр.

24. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
25. История Олимпийских игр как международного спортивного движения.
26. Физическое воспитание в семье.

### 5.6. Творческие задания

В соответствии с требованиями ФГОС ОПОП ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» реализация данной программы предусматривает использование таких форм проведения учебных занятий как лекция, где используются компьютерные презентации теоретического материала, проблемная лекция, лекция-беседа, лекция-дискуссия, лекция-пресс-конференция, лекция-визуализация.

В процессе семинарских занятий предусматривается защита рефератов, выступления с докладами, презентация проектов. Программа по дисциплине предполагает организацию и проведение семинаров-практикумов, семинаров-конференций, семинаров-дискуссий и др.

№ п/п	Вид и тема занятий (лекция, пр.р., л/р.)	Используемые интерактивные технологии	Количество часов
1	Лекция:		
	Практическое занятие:	«Игровое проектирование»; «деловая игра»; «разбор конкретных ситуаций»; «ролевые игры»	6
	Лабораторная работа:		

### 6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера»

1) Перечень компетенций, которыми должны овладеть обучающиеся в результате освоения образовательной программы

Формируемые компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (Код и наименование индикатора достижения компетенции)
<b>Профессиональные компетенции</b>	
<b>ПК-2.</b> Способен организовать индивидуальную и групповую педагогическую деятельность в предметной области физической культуры	<p><b>ПК-2.1.</b> Знает нормативно-правовое обеспечение в области образования физической культуры; формы обучения, технологии, методы и приемы обучения физической культуры; перечень нормативно-правовых документов, необходимых для организации и регулирования деятельности в образовательных учреждениях различных уровней; основные принципы построения содержания образования в области физической культуры и спорта.</p> <p><b>ПК-2.2.</b> Реализует общеобразовательные программы в сфере физической культуры и спорта.</p> <p><b>ПК-2.3.</b> Обеспечивает учебно-методическое сопровождение реализации общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта.</p>
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>	
<b>ОПК-2</b> - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную	<b>ОПК-2.1.</b> Знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на

ориентацию в процессе занятий	различных этапах спортивной подготовки; ОПК-2.2. Использует антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность(способности) ребенка
-------------------------------	---

2) Комплект контрольных заданий или иные материалы, необходимые для оценивания компетенций

**Примеры тестовых заданий для оценки качества освоения дисциплины «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера»**

Необходимо выбрать один правильный ответ по каждому из предложенных вопросов. Время - 5-10 минут.

1. Наука о закономерностях развития и функционировании психики как особой формы жизнедеятельности, это:

- 1) Педагогика
- 2) Гигиена
- 3) Психология

2. К психическим свойствам личности относятся:

- 1) стресс, утомление, напряженность, монотония
- 2) темперамент, характер, способности, потребности и мотивы
- 3) общение, поведение, деятельность

3. Отрасль психологической науки, изучающая закономерности развития и проявления психики человека в специфических условиях физического воспитания это:

- 1) Психология спорта
- 2) Психология физического воспитания
- 3) Психические свойства

4. Область психологической науки, изучающей закономерности проявления, развития и формирования психики человека под влиянием спортивной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности это:

- 1) Социальная спортивная психология.
- 2) Психология физического воспитания
- 3) Психология спорта
5. Обычно выделяют три группы психологических явлений:

- 1) утомления, эмоциональное напряжение, психические состояния
- 2) психические процессы, психические свойства и психические состояния
- 3) психические состояния, психическую деятельность, индивидуальные различия.

6. В процессе физического воспитания учащийся учится регулировать свои действия на основе:

1) двигательная память, мышление, воля, способность к саморегуляции психических состояний

- 2) монотонность, стресс, напряженность
- 3) темперамент, характер, способности, потребности и мотивы

7. При оценке физических упражнений на состояния организма следует прежде всего обращать внимание на:

- 1) сердечно-сосудистые и дыхательные системы
- 2) количество высокодифференцированных нервных клеток головного мозга
- 3) стволые структуры мозга

8. Физическая нагрузка приводит к:

- 1) быстрому увеличению частоты сердечных сокращений
- 2) продолговатого, среднего и промежуточного мозга

3) *двигательных навыков и умений*  
9. *Воздействие физических упражнений на организм в значительной степени определяется:*

- 1) *уровнем физической подготовки*
- 2) *уровнем биологического созревания*
- 3) *содержания кислорода в крови*

1) *психомоторика*  
10. *Двигательными (физическими) качествами в теории физической культуры принято называть:*

- 1) *самоконтроль и самоуправление двигательными действиями*
- 2) *отдельные качественные стороны двигательных возможностей человека*
- 3) *экономичности движений, действий, деятельности*

**Кейсы (практические задания) для оценки степени сформированности компетенции**

*Задача 1. Укажите, какие из перечисленных утверждений относятся к общей психологической подготовке спортсменов, а какие к специальной:*

1. *Оценка и самооценка тренированности.*
2. *Овладение идеомоторной тренировкой.*
3. *Воспитание высокой личной ответственности перед коллективом.*
4. *Формирование уверенности спортсмена в возможности добиться высоких результатов.*
5. *Овладение приемами саморегуляции.*
6. *Воспитание волевых качеств спортсмена.*
7. *Актуализация готовности к максимальным волевым усилиям.*
8. *Воспитание умения преодолевать все увеличивающиеся трудности.*

*Задача 2. Определите, к какому виду психологической подготовки можно отнести следующие факты.*

1. *Чемпион мира по стендовой стрельбе Ишель Каррегал на вопрос корреспондента: «...Вы не избегаете тренировок с холостым патроном?» — ответил: «Это само собой, но еще ежедневно час-другой, сидя в кресле, я мысленно повторяю все движения на стенде. Очень полезный прием. Правда, никто из домашних даже не подозревает, чем именно я занят в эти минуты».*

2. *Тренер штангистов П. Савицкий рассказал, что однажды Д. Ригерт вошел в зал, где тренировались члены сборной команды общества «Труд», увидел штангу и сказал: «Я ее сейчас вырву». Посчитали - на штанге 160 кг. Ригерт попросил: «Дайте только один подход на 90 кг». Дали... Ригерт стоял у этой штанги четыре минуты. Казалось, что он ничего не делает, но на лбу у него выступили капли пота и струйками потекли по щекам. Поднял 90кг. Тут же подошел к штанге 160кг и ее тоже поднял. Его спросили: «Зачем это тебе?» Он ответил: «После баранки в Мюнхене учусь собираться в любых условиях».*

*Задача 3. Укажите, какие из перечисленных предложений по регуляции эмоционального состояния вы считаете полезными, а какие нецелесообразными и почему?*

1. *Известный голландский конькобежец К. Форкерк рассказывает: «Накануне ответственного соревнования вечером Эдди Ферхейн предложил немного прогуляться вдвоем. Я отказался. Лучшие пойду один. Позже я пожалел об этом, но в тот момент не мог иначе. Очень нервничал. Если бы пошли вместе, может, за разговорами рассеялись бы мои переживания, но я остался один, как всегда, — такая уж моя система подготовки.*

*Утром я уже чувствовал себя превосходно: встал в отличном настроении и постоянно твердил себе: "Я должен выиграть!"».*

2. Он же: «Я считаю, что успех спортсмена на 90% зависит от него самого. Умение сконцентрироваться, войти в форму, верить в собственные силы — кому, как не спортсмену самому думать об этом? Но остаются еще 10% успеха, которые зависят от тех, кто рядом, от ваших спутников (друзья, тренер, психолог, врач)».

3. Л. Латынина (олимпийская чемпионка по гимнастике) вспоминает: «Во время выступления я никогда не смотрю в зал. Я никогда не могу задерживаться взглядом на чьем-то лице, улыбнуться судье. Я никого не вижу, никого не могу заметить. Вижу снаряд или ковер и знаю - зритель здесь, в зале. Выступаю я для них - да, конечно. Выступаю я для себя - разумеется. Я перестану соревноваться в тот день, когда пойму, что уже не приношу радости людям и себе. А пока это не так, я готова бороться».

Задача 4. Среди примеров, раскрывающих переживания спортсменов перед началом или в ходе соревновательной борьбы, найдите:

а) спортивное воодушевление; б) спортивную злость; в) соревновательное или игровое увлечение; г) предстартовое возбуждение; д) спортивный азарт или перевозбуждение.

1. Ю.Власов (неоднократный чемпион мира) вспоминает, что однажды, накануне выступления в международном соревновании по тяжелой атлетике, он пытался заснуть. И хотя в комнате было темно и очень спокойно, сон не шел. Лежал и думал о соревновании. Наверное, минуло несколько часов, прежде чем он задремал. Это был чуткий, напряженный сон.

2. П.Снелл перед последним поворотом вложил все силы в финишный спурт. Сражаясь на прямой, он не думал ни о чем, кроме надвигающейся ленточки. Тогда он почти потерял сознание и, пробежав финишный столб, упал в чьи-то руки. Как рассказывает сам Питер: «Я не помню этого... Это была самая быстрая миля в моей жизни — и это позволило нам побить рекорд».

3. П.Снелл рассказывает о соревновании в беге на 880 ярдов, где единственным его соперником был Дж. Керр, которому он однажды проиграл на этой дистанции. «Я мирно дрейфовал вдоль предпоследней прямой, когда вдруг Джордж пролетел мимо. В мозгу молнией вспыхнуло воспоминание о прошлом проигрыше. Ну, нет, это не повторится снова.

С отчаянной решимостью я принялся преследовать Джорджа на последнем вираже. Когда мы вышли на прямую, я был на ярд позади. Джордж бежал в полную силу, и я пядь за пядью продвигался к нему в отчаянной битве. Мы прошли 800-метровую отметку грудь в грудь... Я сорвал ленточку на грудь впереди».

4. Ю.Власов вспоминает о выступлении на международном соревновании, в котором он победил: «Прикосновение к железу штанги... и я с наслаждением, даже с каким-то восторгом захватывал руками гриф. Крепче и крепче. Это был прекрасный мир мгновенных движений, гудения мускулов и счастья. В этом мире не было сомнений...»

5. К.Феркерк (конькобежец): «Он начал бег со временем лучшим, чем мое, закончил же дистанцию наравне с Ардом Схенка. Страх и сомнения усиливались. Так всегда бывает, когда следишь за временем основного конкурента... Нервы не выдерживают напряжения. Ты знаешь, что бежал хорошо. И одновременно испытываешь невероятный страх, что тебя опередят».

6. Футболист первого разряда рассказывает: «В очень ответственном матче я, отыгравая мяч вратарю, закатил мяч в свои ворота. Играл я в очень возбужденном состоянии и это в какой-то мере объясняет мою нерасчетливость. Если я нахожусь в сильном возбуждении, то в любом матче начинаю делать необычные для себя ошибки, теряю быстроту реакции, хуже ориентируюсь».

7. Футболист (мастер спорта) говорит, что как только начинается игра, все волнение пропадает, увлекаешься игрой, забываешься вплоть до того, что не замечаешь окружающих зрителей. Возникает стремление сделать игру возможно более острой, интересной.

8. На международных соревнованиях по гимнастике борьба за абсолютное первенство, по существу, шла между Т. Аниной и Л. Латыниной. Победила Латынина. Она рассказывает о своем разговоре с Аниной после соревнований: «...«А вообще-то ты не должна была у меня выиграть». Вот это уже правда. Честно сказать, я отнеслась к этим словам тогда спокойно: я действительно не была уверена, что выиграла по праву. И сказала в ответ, что она отыграется, еще будет где. Она согласилась: "Обязательно отыграюсь"».

Задача 5. Определите, какие предстартовые состояния (стартовая лихорадка, стартовая апатия, состояние боевой готовности, самоуспокоенность, спокойная уверенность) переживают спортсмены в приведенных случаях.

1. Ю. Власов вспоминает: «В 1959 году на Вариавском чемпионате по тяжелой атлетике в борьбе за золотую медаль я столкнулся с американцем Джимом Бредфордом и едва не проиграл. Он буквально подавил меня в первом же упражнении — жиме, опередив на 10 кг... Я был совсем новичком и впервые выступал в таких соревнованиях. И я растерялся. Растерялся настолько, что мне подумалось: "Победить невозможно". Штанга валилась из рук. На душе было скверно... казалось, уже не было силы, которая смогла бы заставить мои мышцы драться за победу».

2. Спортсмен чувствовал себя предельно собранным, и вместе с тем, абсолютно уверенным. Чувствовал себя бодрым и сильным, был готов к борьбе.

3. К. Феркерк рассказывает: «Для меня последняя дистанция (10000 м) была решающей. Я должен был выиграть ее, чтобы стать чемпионом мира. Разница в одну десятую долю секунды могла стать фатальной. Напряжение страшное... не казалось, что великаны стоят на моем пути и тянут меня назад. Никогда раньше я так не боялся дорожки. Я чувствовал себя побежденным уже на старте. И все же я вышел на старт. Я с трудом финишировал. Разбитый. Без славы».

4. Спортсмен был вполне удовлетворен течением тренировки и не беспокоился... Он сознавал свои возможности, и пока результаты были с ним в согласии, ему не нужно было ничего другого. Он твердо верил, что если предварительная работа проделана добросовестно, конечный результат буде ее логическим следствием... Перед соревнованием чувствовал себя вполне свежим.

5. Заслуженный тренер СССР Г.Д. Качалин рассказывает, что в 1961 г. (он был тренером сборной команды СССР) за несколько дней до игры футболисты нашей команды наблюдали за игрой своих будущих соперников. Последние провели эту встречу слабо и неинтересно, хотя команда имела славные традиции и была довольно сильной. После этого наши игроки стали относиться к предстоящему матчу как к простой формальности. И сколько и не убеждали в том, что противник силен и может играть хорошо, — ничего не помогало. Ребята были уверены в легкой победе. В матче с советской командой противники играли хорошо, первый тайм наши футболисты проиграли 0:1.

6. Мастер спорта по футболу рассказывает, что обычно перед ответственным матчем он испытывает нервное возбуждение, волнение. Перед ним встают всевозможные игровые ситуации, которые он мысленно разрешает тем или иным путем, представляя способы борьбы, чувствует волнение и с нетерпением ждет начала соревнований.

7. Мастер спорта по футболу (вратарь) рассказывает, что его перед игрой преследует назойливая мысль о возможности поражения, несмотря на то, что команда, против которой предстоит играть, много слабее той, в которой он играет.

Задача 6. Укажите, какие средства психологической подготовки использованы тренерами в следующих примерах.

1. Лыжник получил задание: пройти дистанцию 5 км в максимальном темпе, без отдыха; при этом на лыжи была нанесена совершенно не подходящая по погодным условиям мазь.

2. В беседе со спортсменом-лыжником тренер попросил его ответить на вопрос: «Ты участвуешь в соревнованиях, в эстафете. Находишься на дистанции. Но вдруг у тебя ломается палка. Что ты будешь делать?».

Задача 7. Определите, какие стадии психического перенапряжения (нервозность, прочная стеничность, астеничность) присутствуют у спортсменов в указанных ситуациях.

1. Легкоатлет (прыжки в высоту): Спортсмен старательно выполняет задание тренера на тренировочном занятии, но периодически выражает свое недовольство условиями тренировки: ему кажется, что планка установлена неровно, тренер грубо с ним обращается, он жалуется на неустойчивость погоды, к тому же он «неважно» себя чувствует, а тренер при этом много от него требует.

2. Фехтовальщик: Спортсмен на протяжении всей тренировки грустный, у него плохое настроение, угнетенный вид, он занимается без всякого желания и постоянно ищет причину лишней раз присесть (якобы рапира требует ремонта и т.п.).

Тренеру сказал, что тот зря теряет время на него; он все равно бросит занятия спортом: устал и чувствует, что уровень, который достигнут им, — это предел. В конце тренировки этот спортсмен устроил скандал с товарищами из-за того, что они назвали его слабаком.

Задача 8. Ответьте, каково влияние как активных и пассивных, так и положительных и отрицательных эмоций на деятельность спортсмена в приведенных ситуациях.

1. «Наиболее замечательным в этих соревнованиях было то, насколько быстро и легко я пришел в себя. Я уже испытывал нечто подобное после хороших выступлений, и это доказывает, что способность к восстановлению действительно зависит от состояния сознания. Когда вы знаете, что добились чего-то действительно стоящего, организм погружается в спокойное состояние, в котором все функции легко возвращаются в норму».

2. Матчу сборной команды СССР с аргентинскими футболистами предшествовало появление в аргентинской прессе отрицательных отзывов о нашей сборной, которая впервые выступала в этой стране. Прогнозировали неизбежное поражение сборной СССР со счетом 0:3, 0:4. Отрицательные характеристики на отдельных наших игроков были особенно предвзяты. Однако все это оказало мобилизующее влияние на футболистов. Прочтя газеты, они настроились на настоящий бой. Впервые в истории Аргентина проиграла на своем поле (1:2).

3. «В течение первого круга (в беге на дистанции 880 ярдов) лидером был Гарри Филпотт, а на предпоследней прямой второго круга я вышел вперед. Я вел бег очень уверенно, как вдруг внезапно Джордж сделал спринтерский рывок и в мгновение ока оставил меня позади. Он прошел мимо с таким ускорением, что я до определенной степени потерял контроль над собой. Когда я пришел в себя, он был уже на пять ярдов впереди и, даже взяв себя в руки, я смог преследовать его весьма вяло».

4. «Сколько раз я читала и слышала про полную опустошенность после победы, смертельную усталость, даже сомнения. А стоило ли опять вступать в эту жесткую игру? Я никогда не переживала подобного. И после победы продолжает действовать тот огромный заряд, что накапливался перед соревнованиями. Карусель так раскручивалась, что остановить ее сразу было невозможно. У нас хватало сил и на веселье: этому тоже спорт научил».

Задача 9. Укажите, какие из перечисленных приемов саморегуляции следует использовать спортсмену при состоянии «стартовой апатии» и какие — при «стартовой лихорадке».

1. Упражнения с большой амплитудой, небыстрые.
2. Успокаивающий самомассаж.
3. Интенсивная специальная разминка.

4. Дыхательные упражнения с глубоким вдохом и медленным выдохом.
5. Резкие, быстрые движения в неровном ритме.
6. Сосредоточение взгляда на сине-зеленых тонах.
7. Прослушивание любимых мелодий.
8. Идеомоторная разминка.

*Задача 10. Объясните, какие из данных признаков относятся к объективным трудностям, а какие — к субъективным и почему?*

1. Трудности, обусловленные специфическими для данного вида спорта особенностями.
2. Трудности, одинаковые по своему содержанию для всех спортсменов, занимающихся данным видом спорта.
3. Личное отношение спортсмена к объективным условиям выполнения действий в данном виде спорта.
4. Количественные показатели, варьирующиеся в зависимости от возраста и квалификации спортсмена.
5. Трудности, связанные с особенностями личности спортсмена, Его темпераментом и характером.
6. Трудности, различные для представителей одного и того же вида спорта.

#### **Вопросы по учебной дисциплине для промежуточной аттестации обучающихся (зачет)**

1. Предмет психология физического воспитания: задачи, методы.
2. Цель и особенности физического воспитания.
3. Мотивация при занятиях физической культурой и спортом.
4. Воспитательное воздействие физической культуры и спорта.
5. Учет возрастных особенностей в физическом воспитании.
6. Виды активности и факторы ее обуславливающие.
7. Способы повышения активности учащихся на уроке.
8. Особенности внимания учащихся на уроке и управление им.
9. Теории построения и управления движениями.
10. Предпосылки к обучению движениям.
11. Алгоритмизация обучения движениям.
12. Индивидуализация обучения движениям.
13. Функции педагога в процессе обучения движениям.
14. Понятие воли и ее значение в физическом воспитании.
15. Структура волевого акта.
16. Возрастные проявления воли.
17. Воспитание воли в процессе занятий физической культурой.
18. Волевые качества.
19. Волевые усилия.
20. Структура спортивно-педагогической деятельности.
21. Особенности деятельности спортивного педагога.
22. Характеристика стилей руководства.
23. Творчество в деятельности учителя физической культуры.
24. Профессионально-педагогическая направленность личности преподавателя физического воспитания.
25. Интерес к спортивно-педагогической деятельности.
26. Формирование профессионального интереса.
27. Склонность к педагогической деятельности.
28. Взаимосвязь профессионального интереса и склонности к педагогической деятельности.
29. Физическая культура и спорт как фактор выбора профессии.

30. Профориентация - управление профессиональным самоопределением школьников-спортсменов.
31. Методика изучения личности школьника в профориентационной работе.
32. Содержание профориентационной работы учителя физкультуры в школе.
33. Предмет психология спорта. Методы и проблемы в психологии спорта.
34. Психологическая структура спортивной деятельности.
35. Этапность спортивной деятельности.
36. Психологические особенности спортивной деятельности.
37. Психофизиологические особенности, спортивные способности и выбор спортивной деятельности.
38. Тактика, тактическая подготовка и ее задачи.
39. Особенности мышления спортсмена в период подготовки к соревнованиям и в процессе соревнований.
40. Факторы, обуславливающие принятие решений.
41. Условия, способствующие максимальному проявлению физических качеств.
42. Психологические особенности спортивного соревнования.
43. Динамика возбуждения перед соревнованием и факторы, его обуславливающие.
44. Эмоции и чувства в соревновании.
45. Предстартовые психические состояния: характеристика, причины возникновения, пути предотвращения.
46. Состояние психической готовности спортсмена.
47. Психические состояния в процессе спортивной деятельности: причины возникновения и пути предотвращения.
48. Значение, виды и место психологической подготовки в спорте.
49. Общая психологическая подготовка: цель, задачи, средства.
50. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованию: цель, задачи, средства.
51. Психологическая подготовка к продолжительному тренировочному процессу.
52. Понятие и признаки спортивного коллектива.
53. Структура спортивной команды.
54. Динамические процессы в команде.
55. Совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности.
56. Конфликты в спортивных коллективах: виды, стадии развития.
57. Общение в спорте: понятие, виды и функции.
58. Управление общением в команде: непосредственное и опосредованное.
59. Коммуникативная компетентность: понятие, структура.
60. Понятие идеомоторного акта.
61. Принципы идеомоторной тренировки.
62. Методические рекомендации по идеомоторной тренировке

*3) Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания*

Компетенция	Показатели	Оценочная шкала	
		незачет	зачет
ПК-2. Способен организовать индивидуальную и	<b>знать:</b> нормативно-правовое обеспечение в области образования физической культуры; формы обучения, технологии, методы и приемы обучения физической культуры; перечень нормативно-правовых	Обучающийся не умеет реализовывать общеобразовательные программы в	Обучающийся знает нормативно-правовое обеспечение в

<p>групповую педагогическую деятельность в предметной области физической культуры</p>	<p>документов, необходимых для организации и регулирования деятельности в образовательных учреждениях различных уровней; основные принципы построения содержания образования в области физической культуры и спорта.  <b>уметь:</b> реализовывать общеобразовательные программы в сфере физической культуры и спорта.  <b>владеть:</b> умением обеспечить учебно-методическое сопровождение реализации общеобразовательных программ в сфере физической культуры и спорта.</p>	<p>сфере физической культуры и спорта.</p>	<p>области образования физической культуры; формы обучения, технологии, методы и приемы обучения физической культуры; перечень нормативно-правовых документов.</p>
<p>ОПК-2 - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</p>	<p>Знать: теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;          Уметь: использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта, анализирует и прогнозирует спортивную одаренность(способности) ребенка</p>	<p>Обучающийся не знает теоретико-методические основы спортивной ориентации и спортивного отбора на различных этапах спортивной подготовки;</p>	<p>Обучающийся умеет использовать антропометрические, физические и психические особенности обучающихся при осуществлении отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта,</p>

### Критерии оценивания:

#### Методика расчета рейтингового балла по ДМ.

*Рейтинговая оценка по дисциплинарному модулю* складывается из количества баллов, набранных за текущую работу и баллов промежуточного контроля по ДМ.

*Текущий контроль* может включать следующие виды учебных поручений:

- посещение занятий;
- участие на практических занятиях;
- выполнение лабораторных заданий;
- выполнение домашних (аудиторных) контрольных работ;
- защита рефератов (докладов).

*Рейтинговые баллы по текущей работе распределяются следующим образом:*

- *посещаемость занятий - 5 баллов;*
- *активное участие на практических занятиях - 25 баллов;*
- *выполнение домашних, лабораторных и контрольных работ - 5 баллов;*
- *написание и защита рефератов - 5 баллов.*

Таким образом, максимальный балл за текущий контроль по одному модулю *не должен превышать 40 баллов.*

Формы проведения **промежуточного контроля**:

- устный опрос;
- письменная контрольная работа;
- тестирование;
- и др.

Максимальный балл за промежуточный контроль по одному модулю **не должен превышать 60 баллов**.

Таким образом, **максимальное**, суммарное **количество баллов** по результатам **текущей работы и промежуточного контроля** по ДМ составляет  $(40 + 60) = 100$  баллов.

#### **Принципы организации итогового контроля.**

Изучение учебной дисциплины должно заканчиваться **итоговым контролем**. Максимальное количество баллов **итогового контроля** по дисциплине составляет **100 баллов**. На итоговый контроль преподаватель получает рейтинговую ведомость (выдается деканатом по требованию преподавателя).

Средний рейтинговый балл студента по дисциплине рассчитывается как среднее арифметическое баллов, полученных им по результатам контроля всех ДМ.

**Минимальный средний балл**, дающий право студенту на положительную отметку **без итогового контроля знаний, равен 51 баллу**.

**Студент, набравший менее 40 баллов хотя бы по одному дисциплинарному модулю, не освобождается от итогового контроля по данной дисциплине**.

Если **средний рейтинговый балл** студента по дисциплине **гарантирует** ему **положительную оценку**, то **преподаватель обязан** при желании студента **выставить соответствующую оценку без итогового контроля**, проставив в графе «р/б» ведомости, полученный им средний рейтинговый балл.

Студент может повысить свой рейтинговый балл, проходя итоговый контроль. При получении балла ниже чем средний рейтинговый балл, в графу «р/б» ведомости, заносится полученный им средний рейтинговый балл. **Весомость среднего рейтингового балла и баллов, полученных на итоговом контроле, составляет соответственно: 0,5 (50%) и 0,5 (50%)**.

**Для стимулирования студентов** к повышению своего рейтинга при сдаче итогового контроля **предусмотрены бонусные баллы (до 5 баллов)**, которые добавляются к сумме баллов итогового контроля. **Бонусные баллы** преподаватель имеет право добавлять только к баллам студентов, у которых к итоговому контролю **уже имеется 51 балл и выше**. **Бонусные баллы** добавляются только в том случае, когда студент идет **на первичную сдачу** итогового контроля (экзамена, дифференцированного зачета). При пересдаче дисциплины и сдаче экзамена на комиссии бонусные баллы не предусматриваются.

По дисциплине с итоговым контролем – «зачет» студент допускается к сдаче зачета только в том случае, если его средний рейтинговый балл по дисциплине составляет 30 и выше. В противном случае он автоматически получает – «незачет».

Если студент после прохождения итогового контроля не набрал баллов для получения положительной оценки, то он в установленные деканатом сроки идет на **повторную сдачу** дисциплины. **При этом весомость среднего балла по ДМ и баллов, полученных при повторной сдаче, составляет, соответственно 0,3 (30%) и 0,7 (70%), а баллы, полученные на итоговом контроле – аннулируются**.

Если студент после пересдачи не получил положительной оценки, то он в установленные деканатом сроки идет на **комиссионную пересдачу** дисциплины. **Весомость среднего балла по ДМ и баллов, полученных при комиссионной сдаче, составляет, соответственно 0(0%) и 1 (100%), а баллы, полученные при повторной сдаче – аннулируются**.

**Шкала диапазона** для перевода рейтингового балла в «5»-балльную систему:

- от 0 до 50 баллов - неудовлетворительно

- от 51 до 65 балла – удовлетворительно
- от 66 до 79 балла – хорошо
- от 80 до 100 балла – отлично
- от 51 и выше – зачет

#### ***Критерии оценок на промежуточной аттестации***

В экзаменационный билет рекомендуется включать не менее 3 вопросов, охватывающих весь пройденный материал, также в билетах могут быть задачи и примеры. Ответы на все вопросы оцениваются максимум **100 баллами**.

**Критерии оценок** следующие:

- **100 баллов** – студент глубоко понимает пройденный материал, отвечает четко и всесторонне, умеет оценивать факты, самостоятельно рассуждает, отличается способностью обосновывать выводы и разяснять их в логической последовательности.
- **90 баллов** - студент глубоко понимает пройденный материал, отвечает четко и всесторонне, умеет оценивать факты, самостоятельно рассуждает, отличается способностью обосновывать выводы и разяснять их в логической последовательности, но допускает отдельные неточности.
- **80 баллов** - студент глубоко понимает пройденный материал, отвечает четко и всесторонне, умеет оценивать факты, самостоятельно рассуждает, отличается способностью обосновывать выводы и разяснять их в логической последовательности, но допускает некоторые ошибки общего характера.
- **70 баллов** - студент хорошо понимает пройденный материал, но не может теоретически обосновывать некоторые выводы.
- **60 баллов** – студент отвечает в основном правильно, но чувствуется механическое заучивание материала.
- **50 баллов**– в ответе студента имеются существенные недостатки, материал охвачен «половинчато», в рассуждениях допускаются ошибки.
- **40 баллов** – ответ студента правилен лишь частично, при разяснении материала допускаются серьезные ошибки.
- **20-30 баллов** - студент имеет общее представление о теме, но не умеет логически обосновать свои мысли.
- **10 баллов** - студент имеет лишь частичное представление о теме.
- **0 баллов** – нет ответа.

#### 4). Методические рекомендации для обучающихся и преподавателей по использованию ФОС

Содержание рабочих программ учебных дисциплин, текущей и итоговой аттестации должно быть направлено на систематическое установление соответствия между планируемыми и достигнутыми результатами обучения, на систематическое отслеживание, диагностирование, коррекцию процесса обучения. Поэтому для каждого результата обучения по дисциплине «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера» определены показатели и критерии оценивания сформированности компетенций, шкалы и процедуры оценивания.

ФОС являются составной частью учебно-методического обеспечения процедуры оценки качества освоения ОП, обеспечивают повышение качества образовательного процесса и входит, как структурный элемент, в состав рабочей программы дисциплины.

Как центральный элемент системы оценивания уровня сформированности компетенций обучающихся, ФОС систематизирует и обобщает различные аспекты, связанные с оценкой качества образования, уровня сформированности компетенций обучающихся и выпускников на соответствие требованиям стандарта.

Задачи ФОС: - контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций,

определенных в стандарте по соответствующему направлению подготовки и направленности; - оценка достижений обучающихся в процессе изучения дисциплин; - обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс университета

Для текущего контроля ФОС используется для оперативного оценивания успеваемости обучающихся по итогам изучения раздела (модуля, части) учебной дисциплины и регулярного управления учебной деятельностью (в том числе самостоятельной) студентов. Результаты текущего контроля отражаются преподавателем в ведомостях текущей успеваемости два раза в семестр.

ФОС промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера» предназначен для оценки степени достижения запланированных результатов обучения по завершению изучения дисциплины / модуля в установленной учебным планом форме: зачет, зачет с оценкой, экзамен.

При проектировании инновационных оценочных средств необходимо предусматривать оценку способности к творческой деятельности, способствующей подготовке обучающегося, готового обеспечивать решения новых задач, связанных с недостаточностью конкретных специальных знаний и отсутствием общепринятых алгоритмов профессионального поведения.

При оценивании уровня сформированности компетенций студентов должны создаваться условия максимального приближения к будущей профессиональной деятельности.

Помимо индивидуальных оценок рекомендуется использовать групповые и взаимные оценки рецензирование студентами работ друг друга; оппонирование студентами проектов, дипломных, исследовательских работ и др.; экспертные оценки группами из студентов, преподавателей и работодателей и др.

Формирование ФОС в соответствии с требованиями компетентного подхода проводится на основе: использования методов контроля, помогающих формировать самооценку студента и нацеленных на рефлексию познавательной деятельности; использование методов групповых и взаимных оценок (рецензирование студентами работ друг друга; оппонирование студентами проектов, дипломных, исследовательских работ и др.; экспертные оценки группами, состоящими из студентов, преподавателей и работодателей и т.п.); перехода от оценки только результатов обучения к систематическому контролю, включая пооперационный (контроль для обучения); создания условий максимального приближения системы оценивания к условиям будущей профессиональной практики (например, использование ситуационных заданий на основе контекстного обучения, что обеспечивает интегрированную оценку нескольких характеристик одновременно); отслеживания и фиксации формирования личностных качеств (необходимо предусматривать оценку способности к творческой деятельности, способствующей подготовке выпускника, готового вести поиск решения новых задач); переноса акцента в контроле с того, что не «знают» на оценку того, что «знают», умеют, способны продемонстрировать; внешней оценки, что обеспечивает использование общепризнанных качественных стандартизированных инструментов; применения программных средств, позволяющих проводить адаптивный контроль, своевременную индивидуальную коррекцию обучения, а также хранить и обрабатывать информацию по всем оценочным мероприятиям. Фонд оценочных средств должен формироваться на основе ключевых принципов оценивания: валидность (объекты и содержание оценивания должны соответствовать поставленным целям и функциям контроля и обучения); надежность (нацеленность используемых методов и средств на объективность оценивания); эффективность (оптимальность выбора для конкретных условий использования целей, методов и средств контроля).

**7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы,  
необходимой для освоения дисциплины «Педагогика физкультурно-  
спортивной деятельности»**

Наименование литературы	Местонахождение	Кол. экземпляров
<b>Основная литература</b>		
<p>1. Психология физической культуры и спорта [Текст]: учебник для вузов / [А. В. Родионов, В. Ф. Сопов, В. Н. Непопалов и др.] ; под редакцией А. В. Родионова. - Москва : Академия, 2010. - 365, [3] с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 9785769568336. 2010</p> <p>2. Загайнов, Р. М. Психология современного спорта высших достижений / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - 292 с. - ISBN 978-5-9718-0576-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210522">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210522</a> 2012</p> <p>3. Гиссен, Л.Д. Психология и психогигиена в спорте. — "Советский спорт", 2010.— 159 с.<a href="http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1id=4087">http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1id=4087</a> 2010</p> <p>4. Багадирова, С.К. Материалы к курсу "Спортивная психология" : учебное пособие / С.К. Багадирова. - М. :Директ-Медиа, 2014. - 247 с. - ISBN 978-5-4458-6749-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232089">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232089</a> 2014</p>	Библиотека ДГПУ	20
<b>Дополнительная литература</b>		
<p>1. Айсмонтас Б.Б. Педагогическая психология: Схемы. М., 2002. 2002</p> <p>2. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия; Учебное пособие для вузов. М., 2003. 368 с. 2003</p> <p>3. Выготский Л.С. Лекции по психологии. СПб, 2004. 143 с. 2004</p> <p>4. Давыдов В.В. Проблемы развивающего обучения. М., 1986. 1986</p> <p>5. Крысько В.Г. Психология и педагогика в схемах и таблицах. М., 2000 2000</p> <p>6. Немов Р.С. Психология: В 3 т. М. 2003. 2003</p> <p>7. Ольшанский Д.З. Новая педагогическая психология: Учебное пособие для вузов.М., 2002. 577 с. 2002</p> <p>8. Такман Б.У. Педагогическая психология: от теории к практике. Пер. с англ. М., 2002. 571 с. 2002</p> <p>9. Столяренко Л. Д. Педагогическая психология. — Ростов-на-Дону, 2000 2000</p> <p>10. Фонарев А.Р. Психология становления личности профессионала: Учебное пособие. М., Воронеж, 2005. 237 с. 2005</p> <p>11. Хон Р.П. Педагогическая психология: Принципы общения: Учебник для вузов. М., 2002. 735 с. 2002</p> <p>12. Левина, И.Л. Педагогическая психология: Учебное</p>	Библиотека ДГПУ	1

<p>пособие. Новокузнецк: РИО КузГПА, 2005. 138 с.2005</p> <p>13. Левина, И.Л. Школа — путь к здоровью или путь в невроз? Новокузнецк: Изд-во ИПК, 2003. 252 с. 2003</p> <p>14. Левина И.Л. Оценка социально-психологической адаптации и уровня психического здоровья //Комплексная оценка состояния здоровья и развития детей: методическое пособие / авт.-сост: Р.И.Айзман,</p> <p>15. И. Л. Левина, Н.Г.Коновалова и др.; отв.ред. И. Л. Левина. Кемерово: Изд- во «Компания АСШТ», 2006. 166 с. 2006</p> <p>16. Левина И. Л., Коновалова Н.Г. Формирование готовности здоровьесберегающей деятельности у выпускников педагогического вуза. Новокузнецк: РИО ГОУ ВПО КузГПА, 2007. 250 с. 2007</p>		
--	--	--

### **8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера»**

1. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. — М.: Издательский центр «Академия», 2000. — 288 с. [http://www.academiamoscow.ru/ftp\\_share/\\_books/fragments/fragment\\_17463](http://www.academiamoscow.ru/ftp_share/_books/fragments/fragment_17463);
2. Электронный ресурс: Официальный сайт: <http://www.fizkult-ura.ru/books/psychology>

### **9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

*Методические рекомендации по работе над конспектом лекций во время и после проведения лекции.*

В ходе лекционных занятий обучающимся рекомендуется выполнять следующие действия. Вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации по их применению. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых во внеаудиторное время можно сделать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

*Методические рекомендации к практическим занятиям.*

При подготовке к практическим занятиям, обучающимся необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы. В ходе подготовки к практическим занятиям необходимо освоить основные понятия и методики расчета показателей, ответить на контрольные вопросы.

*Методические рекомендации по подготовке доклада.*

При подготовке доклада рекомендуется сделать следующее. Составить план-конспект своего выступления. Продумать примеры с целью обеспечения тесной связи изучаемой теории с реальной жизнью. Подготовить сопроводительную слайд-презентацию и/или демонстрационный раздаточный материал по выбранной теме. Рекомендуется провести дома репетицию выступления с целью отработки речевого аппарата и продолжительности выступления (регламент — 5-7 мин.).

### *Выполнение индивидуальных типовых заданий*

В случае пропусков занятий, наличия индивидуального графика обучения и для закрепления практических навыков студентам могут быть выданы типовые индивидуальные задания, которые должны быть сданы в установленный преподавателем срок. Выполненные задания оцениваются на оценку.

### *Подготовка к контрольным мероприятиям*

Текущий контроль осуществляется в виде устных, тестовых опросов по теории и ситуативных задач. При подготовке к опросу студенты должны освоить теоретический материал по блокам тем, выносимых на этот опрос. При подготовке к аудиторной контрольной работе студентам необходимо повторить материал лекционных и практических занятий по отмеченным преподавателям темам.

## **10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Психология физкультурно-спортивной деятельности тренера», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)**

MicrosoftPowerPoint, MicrosoftWord.

## **11. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

В процессе обучения используются аудио-, видеотехника, интернет-ресурсы, раздаточный материал, используется мультимедийное сопровождение процесса обучения.

Оборудование, используемое на занятиях:

1. Учебная аудитория 156.
2. Мультимедийное оборудование (проектор, ноутбук, экран, колонки).
3. Телевизор, DVD – проигрыватель.
4. Мультимедийное обеспечение курса по темам дисциплины (лекция-презентация №1-10).

### **Специальные условия для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Специальные условия обучения и направления работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее - обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья) определены на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального закона от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;

- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 5 апреля 2017 г. № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

- методических рекомендаций по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащенности образовательного процесса, утвержденных Минобрнауки России 08.04.2014 № АК-44/05вн).

Под специальными условиями для получения образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития таких студентов, включающие в себя использование при необходимости адаптированных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных

технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего необходимую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, обеспечение доступа в здания вуза и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Обучение в рамках учебной дисциплины обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется институтом с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Обучение по учебной дисциплине обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах.

В целях доступности обучения по дисциплине обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- наличие альтернативной версии официального сайта института в сети «Интернет» для слабовидящих;

- весь необходимый для изучения материал, согласно учебному плану (в том числе, для обучающихся по индивидуальным учебным планам) предоставляется в электронном виде на диске.

- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;

- обеспечение возможности выпуска альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

- обеспечение доступа обучающегося, являющегося слепым и использующего собаку-проводника, к зданию института.

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- наличие микрофонов и звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования (аудиоколонки);

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, материально-технические условия должны обеспечивать возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, столовые, туалетные и другие помещения организации, а также пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов и других приспособлений).

Перед началом обучения могут проводиться консультативные занятия, позволяющие студентам с ограниченными возможностями адаптироваться к учебному процессу.

В процессе ведения учебной дисциплины профессорско-преподавательскому составу рекомендуется использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социокультурной реабилитации с целью оказания помощи обучающимся с ограниченными возможностями здоровья в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающимися, создании комфортного психологического климата в учебной группе.

Особенности проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и другое). При необходимости предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

