

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Борисова Виктория Валерьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 21.10.2025 12:40:41
Уникальный программный ключ:
8d665791f4049370b679b22cf26583a2f741522e

**Негосударственное образовательное частное учреждение высшего образования
«МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИННОВАЦИЙ»**

УТВЕРЖДАЮ:
Ректор
**«МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ
ИННОВАЦИЙ»**
В.В. Борисова
подпись
«24» апреля 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Педагогика и психология физического воспитания и спорта

направление подготовки

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль подготовки:

**Психолого-педагогическое образование в области физической
культуры и спорта**

Б1.В.05

Квалификация (степень) выпускника – *бакалавр*

Форма обучения

заочная

Москва 2025 г.

1. Перечень планируемых результатов изучения дисциплины, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В рамках освоения основной профессиональной образовательной программы бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Педагогика и психология физического воспитания и спорта»:

Код и наименование компетенций	Индикаторы достижения компетенции
ПК-1. Способен к участию в проектировании и реализации программ физического развития и физического воспитания обучающихся	ИПК-1.1. Знает технологии проектирования образовательных программ и систем; нормативно-правовые основы профессиональной деятельности; условия, способы и средства личностного и профессионального саморазвития ИПК-1.2. Умеет: проектировать с помощью наставника образовательные программы физического развития и физического воспитания для разных категорий детей; проектировать программу личностного и профессионального развития.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина Б1.В.05. «Педагогика и психология физического воспитания и спорта» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений цикла Б.1 «Дисциплины (модули)».

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины «Педагогика и психология физического воспитания и спорта» составляет 4 зачетные единицы.

Объём дисциплины по видам учебных занятий (в часах) – заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		7	-
Аудиторные занятия (всего)	14	14	-
В том числе:	-	-	-
Лекции	6	6	-
Практические занятия (ПЗ)	8	8	-
Семинары (С)	-	-	-
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-
Самостоятельная работа (всего)	121	121	-
В том числе:	-	-	-
Курсовой проект (работа)	-	-	-
Расчетно-графические работы	-	-	-
Реферат	10	10	-
Подготовка к практическим занятиям	99	99	-
Тестирование	10	10	-

Вид промежуточной аттестации – экзамен	9	9	-
Общая трудоемкость час / зач. ед.	144/4	144/4	-

4. Содержание дисциплины

4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий

Заочная форма обучения

№ п/п	Раздел/тема Дисциплины	Общая трудоем Всего	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся, час		
			Контактная работа		Самостоятель- ная работа обучающихся
			лекции	практические занятия	
1.	Тема 1. Личностные особенности и профессионально важные качества в сфере физической культуры и спорта.	44	2	2	40
2.	Тема 2. Педагогические процессы в сфере физической культуры и спорта.	44	2	2	40
3.	Тема 3. Формы организации педагогического процесса.	47	2	4	41
Всего		135	6	8	121
Экзамен		9	-	-	-
Итого		144	6	8	121

4.2. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Личностные особенности и профессионально важные качества в сфере физической культуры и спорта.

Состояние организма при занятиях спортом. Физиологическая характеристика при занятиях спортом. Характеристика оздоровительной физкультуры. Личностные особенности при выборе профессии в сфере физической культуры и спорта. Профессионально важные качества в сфере физической культуры и спорта. Оценка профессиональной направленности будущего специалиста в сфере физической культуры и спорта.

Тема 2. Педагогические процессы в сфере физической культуры и спорта.

Воспитание в процессе занятий физической культурой и спортом как раздел педагогики спорта. Динамика воспитательного влияния спорта. Необходимость подчинять цели воспитания интересам и потребностям человека и общества. Двудельная направленность целей учебно-воспитательного процесса:

- а) подготовка через спорт к жизни и последующе
- б) воспитание для достижения успехов в спорте.

Различное соотношение этих составляющих в зависимости от содержания и направленности занятий:

- физическая культура и массовый спорт;
- базовый спорт;
- спорт высших достижений;
- рекреационные занятия;
- реабилитационные занятия и инвалидный спорт.

Тема 3. Формы организации педагогического процесса.

Понятие формы занятий физическими упражнениями и способы организации учебно-воспитательного процесса, каждый из которых характеризуется определенным типом взаимосвязи преподавателя (тренера, судьи) и занимающихся, а также соответствующими условиями занятий. Особенности организации занимающихся и способам руководства ими занятия по физическому воспитанию.

4.3. Практические занятия / лабораторные занятия

Занятие 1. Личностные особенности и профессионально важные качества в сфере физической культуры и спорта.

Занятие 2. Педагогические процессы в сфере физической культуры и спорта.

Занятие 3. Формы организации педагогического процесса.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Основная литература

1. Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры : учебник / Н. М. Костихина, О. Ю. Гаврикова ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – 2-е изд. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015. – 296 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:– Библиогр.: с. 271-274. – ISBN 978-5-91930-041-0. – Текст : электронный.

2. Психология физической культуры : учебник : [12+] / под общ. ред. Б. П. Яковлева, Г. Д. Бабушкина. – Москва : Спорт, 2016. – 624 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-11-4. – Текст : электронный.

3. Манжелей, И. В. Физическая культура : компетентностный подход : учебное пособие : [16+] / И. В. Манжелей, Е. А. Симонова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 185 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364912> – ISBN 978-5-4475-5233-6. – DOI 10.23681/364912. – Текст : электронный.

5.2. Дополнительная литература

1. Малкин, В. Р. Психологическая работа в детско-юношеской спортивной школе : учебное пособие / В. Р. Малкин, Л. Н. Рогалева ; науч. ред. В. Н. Люберцев ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2016. – 107 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690150> – ISBN 978-5-7996-1753-0. – Текст : электронный.

2. Манжелей, И. В. Педагогические модели физического воспитания : учебное пособие : [16+] / И. В. Манжелей. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 201 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=426946> \ – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-5265-7. – DOI 10.23681/426946. – Текст : электронный.

5.3. Лицензионное программное обеспечение

1. Microsoft Windows 10 Pro

2. Microsoft Office 2007

5.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Компьютерные информационно-правовые системы «Консультант» <http://www.consultant.ru/>, «Гарант» <http://www.garant.ru/>
2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/index.php/>
3. Научная электронная библиотека <http://www.elibrary.ru/>
4. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» <https://cyberleninka.ru/>
5. Университетская информационная система Россия <https://uisrussia.msu.ru/>
7. Единое окно доступа к образовательным ресурсам Федеральный портал <http://window.edu.ru/>
8. Сайт правовой компании «Новацио» с каталогом статей <https://novacio.ru/>
9. Официальный сайт Государственной Думы Федерального Собрания Российской Федерации <http://duma.gov.ru/>
10. Электронно-библиотечная система «Лань» <https://e.lanbook.com/>

6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Лекционная аудитория, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, оснащенная комплектом мебели для учебного процесса, учебной доской, персональным компьютером, плазменной панелью.

2. Аудитория для проведения практических и семинарских занятий, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная комплектом мебели для учебного процесса, учебной доской, персональным компьютером, плазменной панелью.

3. Аудитория для самостоятельной работы студентов, оснащенная комплектом мебели для учебного процесса, учебной доской, персональными компьютерами с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета.

7. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

7.1. Методические рекомендации преподавателю

Данный раздел настоящей рабочей программы предназначен для начинающих преподавателей и специалистов-практиков, не имеющих опыта преподавательской работы.

Дисциплина «Педагогика и психология физического воспитания и спорта» формирует у обучающихся компетенцию ПК-3. В условиях конструирования образовательных систем на принципах компетентного подхода произошло концептуальное изменение роли преподавателя, который, наряду с традиционной ролью носителя знаний, выполняет функцию организатора научно-поисковой работы обучающегося, консультанта в процедурах выбора, обработки и интерпретации информации, необходимой для практического действия и дальнейшего развития, что должно обязательно учитываться при проведении лекционных и практических занятий по дисциплине «Педагогика и психология физического воспитания и спорта».

Преподавание теоретического (лекционного) материала по дисциплине «Педагогика и психология физического воспитания и спорта» осуществляется на основе междисциплинарной интеграции и четких междисциплинарных связей в рамках образовательной программы и учебного плана по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование.

Подробное содержание отдельных разделов дисциплины «Педагогика и психология физического воспитания и спорта» рассматривается в п.4.2 рабочей программы.

Методика определения итогового семестрового рейтинга обучающегося по дисциплине «Педагогика и психология физического воспитания и спорта» представлена в составе ФОС по дисциплине в п.8 настоящей рабочей программы.

Примерный перечень заданий для практических занятий, тестовых заданий, тем рефератов и докладов и вопросов к экзамену по дисциплине представлены в составе ФОС по дисциплине в п.8 настоящей рабочей программы.

Перечень основной и дополнительной литературы и нормативных документов, необходимых в ходе преподавания дисциплины «Педагогика и психология физического воспитания и спорта», приведен в п.5 настоящей рабочей программы. Преподавателю следует ориентировать обучающихся на использование при подготовке к промежуточной аттестации оригинальной версии нормативных документов, действующих в настоящее время.

7.2. Методические указания обучающимся

Получение углубленных знаний по дисциплине достигается за счет активной самостоятельной работы обучающихся. Выделяемые часы целесообразно использовать для знакомства с учебной и научной литературой по проблемам дисциплины, анализа научных концепций.

В рамках дисциплины предусмотрены различные формы контроля уровня достижения обучающимися заявленных индикаторов освоения компетенций. Форма текущего контроля – активная работа на практических занятиях, тестирование. Формой промежуточного контроля по данной дисциплине является зачет, в ходе которого оценивается уровень достижения обучающимися заявленных индикаторов освоения компетенций.

Методические указания по освоению дисциплины.

Лекционные занятия проводятся в соответствии с содержанием настоящей рабочей программы и представляют собой изложение теоретических основ дисциплины.

Посещение лекционных занятий является обязательным.

Конспектирование лекционного материала допускается как письменным, так и компьютерным способом.

Регулярное повторение материала конспектов лекций по каждому разделу в рамках подготовки к текущим формам аттестации по дисциплине является одним из важнейших видов самостоятельной работы студента в течение семестра, необходимой для качественной подготовки к промежуточной аттестации по дисциплине.

Проведение практических занятий по дисциплине «Педагогика и психология физического воспитания и спорта» осуществляется в следующих формах:

- анализ правовой базы;
- опрос по материалам, рассмотренным на лекциях и изученным самостоятельно по рекомендованной литературе;
- анализ и обсуждение практических ситуаций по темам.

Посещение практических занятий и активное участие в них является обязательным.

Подготовка к практическим занятиям обязательно включает в себя изучение конспектов лекционного материала и рекомендованной литературы для адекватного понимания условия и способа решения заданий, запланированных преподавателем на конкретное практическое занятие.

Методические указания по выполнению различных форм внеаудиторной самостоятельной работы

Изучение основной и дополнительной литературы, а также нормативно-правовых документов по дисциплине проводится на регулярной основе в разрезе каждого раздела в соответствии с приведенными в п.7 рабочей программы рекомендациями для подготовки к промежуточной аттестации по дисциплине «Педагогика и психология физического воспитания и спорта». Список основной и дополнительной литературы и обязательных к изучению нормативно-правовых документов по дисциплине приведен в п.5 настоящей рабочей программы. Следует отдавать предпочтение изучению нормативных документов по соответствующим разделам дисциплины по сравнению с их адаптированной интерпретацией в учебной литературе.

Методические указания по подготовке к промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине «Педагогика и психология физического воспитания и спорта» проходит в форме зачета. Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине «Педагогика и психология физического воспитания и спорта» и критерии оценки ответа обучающегося на зачете для целей оценки достижения заявленных индикаторов сформированности компетенции приведены в составе ФОС по дисциплине в п.8 настоящей рабочей программы.

Обучающийся допускается к промежуточной аттестации по дисциплине независимо от результатов текущего контроля.

8. Фонд оценочных средств по дисциплине

8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины. Формы контроля формирования компетенций

Код и наименование компетенций	Индикаторы достижения компетенции	Форма контроля	Этапы формирования (разделы дисциплины)
ПК-1. Способен к участию в проектировании и реализации программ физического развития и физического воспитания обучающихся	ИОПК-1.1. Знает технологии проектирования образовательных программ и систем; нормативно-правовые основы профессиональной деятельности; условия, способы и средства личностного и профессионального саморазвития ИОПК-1.2. Умеет: проектировать с помощью наставника образовательные программы физического развития и физического воспитания для разных категорий детей; проектировать программу личностного и профессионального развития.	Промежуточный контроль: экзамен Текущий контроль: опрос на практических занятиях, тестирование, реферат	Темы 1-3

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций при изучении дисциплины, описание шкал оценивания

8.2.1 Критерии оценки ответа на экзамене

(формирование компетенции ПК-1, индикаторы ИПК-1.1, ИПК-1.2)

«5» (отлично): обучающийся демонстрирует системные теоретические знания, практические навыки, владеет терминами, делает аргументированные выводы и обобщения, приводит примеры, показывает свободное владение монологической речью и способность быстро реагировать на уточняющие вопросы.

«4» (хорошо): обучающийся демонстрирует прочные теоретические знания, практические навыки, владеет терминами, делает аргументированные выводы и обобщения, приводит примеры, показывает свободное владение монологической речью, но при этом делает несущественные ошибки, которые быстро исправляет самостоятельно или при незначительной коррекции преподавателем.

«3» (удовлетворительно): обучающийся демонстрирует неглубокие теоретические знания, проявляет слабо сформированные навыки анализа явлений и процессов,

недостаточное умение делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает не достаточно свободное владение монологической речью, терминами, логичностью и последовательностью изложения, делает ошибки, которые может исправить только при коррекции преподавателем.

«2» (неудовлетворительно): обучающийся демонстрирует незнание теоретических основ предмета, отсутствие практических навыков, не умеет делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает слабое владение монологической речью, не владеет терминами, проявляет отсутствие логичности и последовательности изложения, делает ошибки, которые не может исправить даже при коррекции преподавателем, отказывается отвечать на дополнительные вопросы.

8.2.2 Критерии оценки работы обучающегося на практических занятиях

(формирование компетенции ПК-1, индикаторы ИПК-1.1, ИПК-1.2)

«5» (отлично): выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями, обучающийся четко и без ошибок ответил на все контрольные вопросы, активно работал на практических занятиях.

«4» (хорошо): выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями, обучающийся с корректирующими замечаниями преподавателя ответил на все контрольные вопросы, достаточно активно работал на практических занятиях.

«3» (удовлетворительно): выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями с замечаниями преподавателя; обучающийся ответил на все контрольные вопросы с замечаниями.

«2» (неудовлетворительно): обучающийся не выполнил или выполнил неправильно практические задания, предусмотренные практическими занятиями; обучающийся ответил на контрольные вопросы с ошибками или не ответил на контрольные вопросы.

8.2.3 Критерии оценки тестирования

(формирование компетенции ПК-1, индикаторы ИПК-1.1, ИПК-1.2)

Тестирование оценивается в соответствии с процентом правильных ответов, данных обучающимся на вопросы теста.

Стандартная шкала соответствия результатов тестирования выставяемой балльной оценке:

- «отлично» - свыше 85% правильных ответов;
- «хорошо» - от 70,1% до 85% правильных ответов;
- «удовлетворительно» - от 55,1% до 70% правильных ответов;
- от 0 до 55% правильных ответов – «неудовлетворительно»

«5» (отлично): тестируемый демонстрирует системные теоретические знания, владеет терминами и обладает способностью быстро реагировать на вопросы теста.

«4» (хорошо): тестируемый в целом демонстрирует системные теоретические знания, владеет большинством терминов и обладает способностью быстро реагировать на вопросы теста.

«3» (удовлетворительно): системные теоретические знания у тестируемого отсутствуют, он владеет некоторыми терминами и на вопросы теста реагирует достаточно медленно.

«2» (неудовлетворительно): системные теоретические знания у тестируемого отсутствуют, терминологией он не владеет и на вопросы теста реагирует медленно.

8.2.4 Критерии оценки реферата

(формирование компетенции ПК-1, индикаторы ИПК-1.1, ИПК-1.2)

«5» (отлично): тема реферата актуальна и раскрыта полностью; реферат подготовлен в установленный срок; оформление, структура и стиль изложения реферата соответствуют

предъявляемым требованиям к оформлению документа; реферат выполнен самостоятельно, присутствуют собственные обобщения, заключения и выводы; подготовлен доклад, излагаемый без использования опорного конспекта.

«4» (хорошо): тема реферата актуальна, но раскрыта не полностью; реферат подготовлен в установленный срок; оформление, структура и стиль изложения реферата соответствуют предъявляемым требованиям к оформлению документа; реферат выполнен самостоятельно, присутствуют собственные обобщения, заключения и выводы; подготовлен доклад, излагаемый с использованием опорного конспекта.

«3» (удовлетворительно): тема реферата актуальна, но раскрыта не полностью; реферат подготовлен с нарушением установленного срока представления; оформление, структура и стиль изложения реферата не в полной мере соответствуют предъявляемым требованиям к оформлению документа; в целом реферат выполнен самостоятельно, однако очевидно наличие заимствований без ссылок на источники; подготовлен доклад, излагаемый с использованием опорного конспекта.

«2» (неудовлетворительно): тема реферата актуальна, но не раскрыта; реферат подготовлен с нарушением установленного срока представления; оформление, структура и стиль изложения реферата не соответствуют предъявляемым требованиям к оформлению документа; в реферате очевидно наличие значительных объемов заимствований без ссылок на источники; доклад не подготовлен.

8.2.5. Итоговое соответствие балльной шкалы оценок и уровней сформированности компетенций по дисциплине:

Уровень сформированности компетенции	Оценка	Пояснение
Высокий	«5» (отлично)	теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине освоены полностью; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены на высоком уровне; компетенции сформированы
Средний	«4» (хорошо)	теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине освоены полностью; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены с незначительными замечаниями; компетенции в целом сформированы
Удовлетворительный	«3» (удовлетворительно)	теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине освоены частично, но пробелы не носят существенного характера; большинство предусмотренных программой обучения учебных задач выполнено, но в них имеются ошибки; компетенции сформированы частично
Неудовлетворительный	«2» (неудовлетворительно)	теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине не освоены; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий либо не выполнено, либо содержит грубые ошибки; дополнительная самостоятельная работа над материалом не приводит к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий; компетенции не сформированы

8.3. Методические материалы (типовые контрольные задания), определяющие результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения

Контрольные задания, применяемые в рамках текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине, носят универсальный характер и предусматривают возможность комплексной оценки всего набора заявленных по данной дисциплине индикаторов сформированности компетенций.

8.3.1. Текущий контроль (работа на практических занятиях)

(формирование компетенции ПК-1, индикаторы ИПК-1.1, ИПК-1.2)

Занятие 1. Личностные особенности и профессионально важные качества в сфере физической культуры и спорта.

Вопросы для самоподготовки

1. Состояние организма при занятиях спортом.
2. Физиологическая характеристика при занятиях спортом.
3. Характеристика оздоровительной физкультуры.
4. Личностные особенности при выборе профессии в сфере физической культуры и спорта.
5. Профессионально важные качества в сфере физической культуры и спорта.
6. Оценка профессиональной направленности будущего специалиста в сфере физической культуры и спорта.

Занятие 2. Педагогические процессы в сфере физической культуры и спорта.

Вопросы для самоподготовки

1. Воспитание в процессе занятий физической культурой и спортом как раздел педагогики спорта.
2. Динамика воспитательного влияния спорта.
3. Необходимость подчинять цели воспитания интересам и потребностям человека и общества.
4. Двуетапная направленность целей учебно-воспитательного процесса

Занятие 3. Формы организации педагогического процесса.

Вопросы для самоподготовки

1. Понятие формы занятий физическими упражнениями.
2. Способы организации учебно-воспитательного процесса.
3. Особенности организации занимающихся и способам руководства ими занятия по физическому воспитанию.

8.3.2. Текущий контроль (тестирование)

(формирование компетенции ПК-1, индикаторы ИПК-1.1, ИПК-1.2)

Примерные варианты тестовых заданий

1. Деятельность – это ...

- а) активность человека, направленная на достижение сознательно поставленной цели.
- б) побуждение к деятельности, то, ради чего она совершается.
- в) определенный вид трудовой деятельности

2. Профессия – это ...

- а) активность человека, направленная на достижение сознательно поставленной цели.
- б) побуждение к деятельности, то, ради чего она совершается.
- в) определенный вид трудовой деятельности

3. Должность – это ...

- а) вид занятий в рамках одной профессии.
- б) место, занимаемое человеком в той или иной организационной структуре, соответствующее уровню его подготовки и кругу выполняемых обязанностей.
- в) определенный вид трудовой деятельности

4. К какому типу темперамента относится это описание:
сильный, уравновешенный, подвижный.

- а) Холерик.
- б) Флегматик.

в) Меланхолик.

г) Сангвиник.

5. К какому типу темперамента относится это описание: слабый тип нервной системы.

а) Холерик.

б) Флегматик.

в) Меланхолик.

г) Сангвиник.

6. Человек, сосредоточенный на своем внутреннем мире.

а) Амбиверт.

б) Интроверт.

в) Экстраверт.

7. Человек, направленный и вовне, и вовнутрь, сфокусированный одновременно и на себе, и на других.

а) Амбиверт.

б) Интроверт.

в) Экстраверт.

8. Воля – это ...

а) врожденные индивидуальные особенности человека, связанные с типом нервной системы

б) устойчивые черты человека, которые проявляются в поведении и поступках.

в) свойство человека, которое проявляется в сознательном управлении своими поступками и эмоциями, а также в преодолении препятствий, возникающих на пути достижения цели.

9. Самообладание – это ...

а) умение управлять своими мыслями и чувствами, своими действиями и поступками.

б) способность человека подчинять свои действия целям, которые необходимо достигнуть.

в) способность принимать своевременные, обоснованные и твердые решения.

г) способность не поддаваться различным влияниям, которые могут отвлекать от достижения поставленной цели.

10. Решительность – это ...

а) умение управлять своими мыслями и чувствами, своими действиями и поступками.

б) способность человека подчинять свои действия целям, которые необходимо достигнуть.

в) способность принимать своевременные, обоснованные и твердые решения.

г) способность не поддаваться различным влияниям, которые могут отвлекать от достижения поставленной цели.

11. Физическая агрессия – это ...

а) реакция, типичная для подростков, совершающих бессмысленные поступки из чувства протеста.

б) готовность видеть в словах и поступках других людей скрытый умысел, направленный против вас.

в) решаете вопросы с позиции силы.

12. Негативизм – ...

а) реакция, типичная для подростков, совершающих бессмысленные поступки из чувства протеста.

б) готовность видеть в словах и поступках других людей скрытый умысел, направленный против вас.

в) решаете вопросы с позиции силы.

13. Представители предметно-действенного мышления ...

а) отличаются ярко выраженным вербальным интеллектом.

б) обладают художественным складом ума.

в) лучше усваивают информацию через движения. Они обладают хорошей координацией движений.

г) могут усваивать информацию с помощью математических кодов, формул и операций, которые нельзя ни потрогать, ни представить.

14. Представители словесно-логического мышления ...

а) отличаются ярко выраженным вербальным интеллектом.

б) обладают художественным складом ума.

в) лучше усваивают информацию через движения. Они обладают хорошей координацией движений.

г) могут усваивать информацию с помощью математических кодов, формул и операций, которые нельзя ни потрогать, ни представить.

15. Креативность – это ...

а) способность мыслить творчески, находить нестандартные решения задачи.

б) стремление к порядку, последовательности действий и планированию.

в) предпочтением к сфере межличностных отношений, к духовной жизни, к общению с людьми.

г) предпочтением к сфере воображения и экспериментирования, поиск возможностей в любой ситуации, взятие на себя риска, выработку решений, вызов существующему положению.

16. Специфические профессионально важные качества – это ...

а) индивидуальные особенности человека, являющиеся условием успешности овладения профессией.

б) качества человека, необходимые для овладения любой профессией.

в) такие психологические качества человека, которыми он должен обладать для овладения определенной профессией или типом профессий и которые обеспечат ему успех в этой профессии.

17. Люди, относящиеся к этому типу, предпочитают выполнять работу, требующую силы, ловкости, подвижности, хорошей координации движений, навыков практической работы.

а) Интеллектуальный профессиональный тип личности.

б) Социальный профессиональный тип личности.

в) Реалистический профессиональный тип личности.

18. Люди, относящиеся к этому типу, предпочитают профессиональную деятельность, связанную с интенсивными контактами с другими людьми.

а) Интеллектуальный профессиональный тип личности.

б) Социальный профессиональный тип личности.

в) Реалистический профессиональный тип личности.

19. Люди этого типа находчивы, практичны, быстро ориентируются в сложной обстановке, склонны к самостоятельному принятию решений

а) Артистический профессиональный тип личности.

б) Офисный профессиональный тип личности.

в) Предпринимательский профессиональный тип личности.

20. Карьера – ...

а) полное постижение специальности.

б) активное продвижение человека в освоении и совершенствовании способа жизнедеятельности.

в) на выполнение работы изо дня в день со стабильным результатом.

21. Какой вид карьеры выбирает человек, который еще в молодости выбирает область своей деятельности и до конца остается в ней.

а) Кратковременная карьера.

б) Линейная карьера.

в) Стабильная карьера.

22. Интернал – это ...

а) опытный работник, который устойчиво любит свое дело, может вполне самостоятельно, все более надежно и успешно справляться с основными профессиональными функциями

б) работник может решать самые сложные профессиональные задачи, он выделяется специальными качествами, умениями, универсализмом, широким профессиональным кругозором.

в) мастер своего дела, уже хорошо известный как минимум в профессиональном кругу или даже за его пределами

23. Авторитет – это ...

а) опытный работник, который устойчиво любит свое дело, может вполне самостоятельно, все более надежно и успешно справляться с основными профессиональными функциями

б) работник может решать самые сложные профессиональные задачи, он выделяется специальными качествами, умениями, универсализмом, широким профессиональным кругозором.

в) мастер своего дела, уже хорошо известный как минимум в профессиональном кругу или даже за его пределами

24. Карьерная ориентация «менеджмент»...

а) связана с наличием способностей и талантов в определенной области (научные исследования, техническое проектирование, финансовый анализ и т. д.).

б) связана с ориентацией личности на интеграцию усилий других людей, полнота ответственности за конечный результат и соединение различных функций организации.

в) связана с освобождением от организационных правил, предписаний и ограничений.

25. Карьерная ориентация «стабильность» - это ...

а) потребность в безопасности и стабильности, для того чтобы будущие жизненные события были предсказуемы.

б) являются «работа с людьми», «служение человечеству», «помощь людям», «желание сделать мир лучше» и т. д.

в) конкуренция, победа над другими, преодоление препятствий, решение трудных задач.

26. Основные ценности при карьерной ориентации «вызов» — это ...

а) потребность в безопасности и стабильности, для того чтобы будущие жизненные события были предсказуемы.

б) являются «работа с людьми», «служение человечеству», «помощь людям», «желание сделать мир лучше» и т. д.

в) конкуренция, победа над другими, преодоление препятствий, решение трудных задач.

27. Учитель физической культуры должен ...

а) осуществлять набор в спортивную школу, секцию, группу спортивной и оздоровительной направленности лиц, желающих заниматься физической культурой и спортом и не имеющих медицинских противопоказаний.

б) обучать детей различного возраста технике физических упражнений, владеть методикой обучения, вести спортивно-массовую и оздоровительную работу среди населения, пропагандировать физическую культуру и спорт.

в) участвовать в проведении просветительской работы среди родителей, обучающихся, педагогических работников, организовывать активный

отдых обучающихся: физкультурно-спортивные праздники, соревнования, дни здоровья, работу спортивных секций.

28. Инструктор спортивной школы должен ...

а) осуществлять набор в спортивную школу, секцию, группу спортивной и оздоровительной направленности лиц, желающих заниматься физической культурой и спортом и не имеющих медицинских противопоказаний.

б) обучать детей различного возраста технике физических упражнений, владеть методикой обучения, вести спортивно-массовую и оздоровительную работу среди населения, пропагандировать физическую культуру и спорт.

в) участвовать в проведении просветительской работы среди родителей, обучающихся, педагогических работников, организовывать активный отдых обучающихся: физкультурно-спортивные праздники, соревнования, дни здоровья, работу спортивных секций.

29. Самопрезентация – это ...

а) свойства, которые приобретает человек с рождения.

б) завоевание лояльности к своей персоне со стороны значимой для «презентуемого» группы людей.

в) вербальная и невербальная демонстрация собственной личности в системе внешних коммуникаций.

30. Искусственная самопрезентация – это ...

а) свойства, которые приобретает человек с рождения.

б) завоевание лояльности к своей персоне со стороны значимой для «презентуемого» группы людей.

в) вербальная и невербальная демонстрация собственной личности в системе внешних коммуникаций.

8.3.3. Текущий контроль (реферат)

(формирование компетенции ПК-1, индикаторы ИПК-1.1, ИПК-1.2)

Примерные темы рефератов

4. Психология тренера.
5. Проблема мотивации в психологии спорта.
6. Лидерство в спорте и его характеристики.
7. Психологические характеристики команды как малой группы.
8. Групповое взаимодействие в спортивных командах.
9. Социально-психологические явления в спортивных командах.
10. Индивидуально-психологические и личностные проявления человека в
11. спортивной деятельности.
12. Интеллект спортсмена и его развитие.
13. Психология спортивного соревнования.
14. Структура спортивного соревнования по Р.Мартенсу.
15. Психология болельщика.
16. Психологическая типология болельщиков и спортивных фанатов.
17. Психические состояния на различных этапах спортивной деятельности (тренировочный, предсоревновательный, соревновательный, постсоревновательный).
18. Характеристика эмоциональной регуляции спортивной деятельности.
19. Характеристика волевой регуляции спортивной деятельности.
20. Методы саморегуляции психических состояний спорта
21. Этапы становления и развития психологии физического воспитания.
22. Предмет и отрасли психологии физического воспитания.
23. Психологические проблемы физического воспитания.
24. Мотивация занятий физкультурой в различных возрастных группах.
25. Психологические условия вовлечения детей в занятия физкультурой.

26. Гендерные особенности участия людей в физкультурной деятельности.
27. Показатели оптимальности физических нагрузок.

52. Психологические задачи физического воспитания учащихся в школе

8.3.4. Промежуточный контроль (вопросы к экзамену)

(формирование компетенции ПК-1, индикаторы ИПК-1.1, ИПК-1.2)

Перечень примерных вопросов к экзамену:

1. Предмет и отрасли психологии физического воспитания и спорта, ее место в системе наук.
2. Проблема взаимодействия тела и психики.
3. Соотношение биологического и социального в человеке.
4. Психологическая сущность спорта.
5. Психологические классификации видов спорта.
6. Этапы становления и развития психологии спорта.
7. Актуальные и перспективные направления спортивной психологии.
8. Современное состояние проблемы психологической подготовки спортсмена.
9. Характеристика строения деятельности. Ее значение для психологии спорта.
10. Психофизиологические основы спортивной деятельности.
11. Двигательные программы.
12. Психофизиологические механизмы регуляции движений (Бернштейн, Анохин, Соколов).
13. Принцип сенсорных коррекций и дополнительные факторы (по Бернштейну).
14. Механизм координационного управления двигательным актом.
15. Теория уровней построения движений.
16. Характеристика уровней построения движений.
17. Правила функционирования уровней организации движений.
18. Механизмы формирования навыка – характеристика 1-го периода.
19. Механизмы формирования навыка – характеристика 2-го периода.
20. Механизмы формирования навыка – характеристика 3-го периода.
21. Разработка принципа активности и принципа сенсорных коррекций в трудах.
22. Основные идеи теории Н.А.Бернштейна и их значение для физиологии и психологии спорта.
23. Взаимодействие навыков. Условия успешного формирования навыков. Кривая научения.
24. Психологическая сущность умений. Пути формирования умений.
25. Проведение эффективных тренировок.
26. Психологическое обоснование тренировочного процесса.
27. Принципы обучения в учебно-тренировочном процессе и их психологическое обоснование.
28. Характеристика идеомоторной тренировки.
29. Особенности проведения тренировок в индивидуальных и командных видах спорта.
30. Психология тренера.
31. Проблема мотивации в психологии спорта.
32. Лидерство в спорте и его характеристики.
33. Психологические характеристики команды как малой группы.
34. Групповое взаимодействие в спортивных командах.
35. Социально-психологические явления в спортивных командах.

36. Индивидуально-психологические и личностные проявления человека в спортивной деятельности.
37. Интеллект спортсмена и его развитие.
38. Психология спортивного соревнования.
39. Структура спортивного соревнования по Р.Мартенсу.
40. Психология болельщика.
41. Психологическая типология болельщиков и спортивных фанатов.
42. Психические состояния на различных этапах спортивной деятельности (тренировочный, предсоревновательный, соревновательный, постсоревновательный).
43. Характеристика эмоциональной регуляции спортивной деятельности.
44. Характеристика волевой регуляции спортивной деятельности.
45. Методы саморегуляции психических состояний спортсмена.
46. Этапы становления и развития психологии физического воспитания.
47. Предмет и отрасли психологии физического воспитания.
Психологические проблемы физического воспитания.
48. Мотивация занятий физкультурой в различных возрастных группах.
49. Психологические условия вовлечения детей в занятия физкультурой.
50. Гендерные особенности участия людей в физкультурной деятельности.
51. Показатели оптимальности физических нагрузок.
52. Психологические задачи физического воспитания учащихся в школе.
53. Психологический анализ урока физкультуры и спортивного воспитательного мероприятия.
54. Проблемы и задачи психологии деятельности преподавателя физкультуры.
55. Проблемы и задачи психологии восстановительной и рекреационной физкультуры.
56. Проблемы и задачи психологии адаптивной физкультуры.