

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Борисова Виктория Валерьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 18.06.2025 16:21:03
Уникальный программный ключ:
8d665791f4048370b679b22cf26583a2f341522e

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

УТВЕРЖДАЮ:

Ректор

НОЧУ ВО «МУНИИ»

В.П. Борисова

подпись

«01» апреля 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Психология физического воспитания и спорта

направление подготовки

38.03.02 Менеджмент

Профиль подготовки:

Спортивный менеджмент

Квалификация (степень) выпускника – бакалавр

Форма обучения

очно-заочная

Москва 2022 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 «Психология физического воспитания и спорта»

Код и наименование компетенций	Индикаторы достижения компетенции
ПК-2 Способен управлять структурным подразделением по реализации кадровой политики и ресурсному обеспечению физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности	ИПК-2.1 Осуществляет документационное обеспечение системы управления физкультурно-оздоровительных и физкультурно-спортивных организаций. ИПК-2.2 Применяет психолого-педагогические подходы в управлении структурным подразделением по реализации кадровой политики и ресурсному обеспечению физкультурно-оздоровительной, физкультурно-спортивной деятельности. ИПК-2.3 Организует работу сотрудников физкультурно-оздоровительных и физкультурно-спортивных организаций

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина Б1.В.08 «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 «Психология физического воспитания и спорта» составляет 3 зачетных единиц.

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

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры	
		7	-
Аудиторные занятия (всего)	16	16	-
В том числе:	-	-	-
Лекции	-	-	-
Практические занятия (ПЗ)	16	16	-
Семинары (С)	-	-	-
Лабораторные работы (ЛР)	-	-	-
Самостоятельная работа (всего)	92	92	-
В том числе:	-	-	-
Курсовой проект (работа)	-	-	-
Расчетно-графические работы	-	-	-
Реферат	16	16	-
Подготовка к практическим занятиям	76	76	-

Тестирование	-	-	-
Вид промежуточной аттестации – зачет			-
Общая трудоемкость час / зач. ед.	108/3	108/3	-

4. Содержание дисциплины

4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий

№ п/п	Раздел/тема Дисциплины	Общая трудоемкость	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся, час		
			Контактная работа		Самостоятель- ная работа обучающихся
		Всего	лекции	практические занятия	
1.	Тема 1. Потребность в движениях, мотивы двигательной активности и их влияние на психическую сферу человека	11	-	1	10
2.	Тема 2. Введение в психологию физической культуры и спорта.	11	-	1	10
3.	Тема 3. Психологические особенности деятельности занимающихся физической культурой и мотивация.	12	-	2	10
4.	Тема 4. Эмоционально-волевые аспекты физкультурной и спортивной деятельности	12	-	2	10
5.	Тема 5. Индивидуально-типологические особенности в спортивной деятельности. Психодиагностика и психические состояния в спорте.	12	-	2	10
6.	Тема 6. Основы психорегуляции в спорте, психология общения в физкультурной и спортивной деятельности.	13	-	2	11
7.	Тема 7. Психология личности тренера	13	-	2	11
8.	Тема 8. Психологическое		-	2	10

№ п/п	Раздел/тема Дисциплины	Общая трудоемкость	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся, час		
			Контактная работа		Самостоятель- ная работа обучающихся
		Всего	лекции	практические занятия	
	обеспечение подготовки спортсменов	12			
9.	Тема 9. Психология физического воспитания и спорта в системе международной спортивной конкуренции.	12		2	10
Всего		108	-	16	92
Зачет		-	-	-	-
Итого		108			

4.2. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Потребность в движениях, мотивы двигательной активности и их влияние на психическую сферу человека.

Потребность в движениях как физиологический и психологический феномен. Мотивы двигательной активности человека в разные возрастные периоды. Отношение к занятиям физической культурой как компонент мотивов двигательной активности. Влияние двигательной активности на психическую сферу человека. Занятия физическими упражнениями и состояние психических процессов. Влияние двигательной активности на психическое состояние и личностные качества занимающихся. Гипокинезия и ее отрицательное влияние на психическую сферу человека.

Тема 2. Введение в психологию физической культуры и спорта.

Предмет и задачи психологии физической культуры и спорта. Соотношение понятий «физическая культура», «физическое воспитание», «спорт». Связующие и отличительные черты психологии физической культуры и спорта. Связь «Психологии физической культуры и спорта» с различными отраслями психологии. Спорт как специфический вид человеческой деятельности.

Тема 3. Психологические особенности деятельности занимающихся физической культурой и мотивация.

Психологические особенности занятий физической культурой. Психологические особенности деятельности на академических занятиях физической культурой. Психологические особенности занятий физической культурой в зрелом и пожилом возрасте. Психофизиологические состояния, возникающие на занятиях физической культурой, их диагностика и оценка. Психофизиологические состояния занимающихся физической культурой. Диагностика психофизиологических состояний, занимающихся физической культурой. Регуляция психофизиологических состояний, занимающихся физической культурой. Активизация деятельности занимающихся на академических занятиях физической культурой. Влияние интереса к отдельным физическим упражнениям. Способы повышения активности на академических занятиях физической культурой. Индивидуализация процесса физического воспитания на основе учета психодинамических особенностей занимающихся. Индивидуализация занятий физической культурой на основе учета типа темперамента. Индивидуализация занятий физической культурой на основе учета типологических особенностей проявления свойств нервной системы.

Тема 4. Эмоционально-волевые аспекты физкультурной и спортивной деятельности.

Специфика психического отражения в эмоциях. Функции эмоций. Роль эмоций в физкультурной и спортивной деятельности. Роль эмоций в общении. Условия возникновения и закономерности протекания эмоций. Аффекты. Чувства как эмоционально-личностные образования. Овладение эмоциональной сферой, способность к саморегуляции поведения. Воля как психический процесс, особенности волевого поведения. Волевые характеристики личности. Локус контроля. Специфика проявления воли в физкультурной и спортивной деятельности. Борьба мотивов и принятие решений, проблема выбора определённого решения в неопределённой ситуации. Мотивационный конфликт и его преодоление как условие совершения волевого действия. Волевая регуляция как преобразование (переосмысление) проблемных ситуаций. Возрастные особенности проявлений воли. Развитие воли в физкультурной и спортивной деятельности.

Тема 5. Индивидуально-типологические особенности в спортивной деятельности. Психодиагностика и психические состояния в спорте.

Психологическая структура личности. Индивидуально-типологические особенности личности. Характеристики нервной системы (сила-слабость, подвижность-инертность, уравновешенность-неуравновешенность). Понятие о темпераменте. Психологическая характеристика типов темперамента. Общее представление о характере. Типологии характеров. Акцентуация характера. Формирование характера. Индивидуальные особенности познавательных психических процессов. Методики психодиагностики индивидуально - типологических характеристик занимающихся.

Тема 6. Основы психорегуляции в спорте, психология общения в физкультурной и спортивной деятельности.

Понятие психорегуляции в спорте и ее назначение. Психофизиологические основы психорегуляции. Психологическая характеристика утомления, избыточного нервнопсихического напряжения, фрустрации и др. негативных состояний. Методы психорегуляции: методы гетерорегуляции, методы ауторегуляции; вербальные и невербальные методы. Основы психогигиены. Факторы, условия и закономерности формирования и проявления способности к психорегуляции. Формирование умений психической саморегуляции на различных этапах спортивного совершенствования.

Тема 7. Психология личности тренера.

Деятельность преподавателя физической культуры, тренера (цель и основные функции). Компоненты личностной готовности к профессиональной деятельности: оптимальная структура мотивации, самопринятие, устойчивость к стрессам и эмоциональному выгоранию, сформированность индивидуального стиля деятельности. Роль академических, перцептивных, речевых, организаторских, авторитарных, коммуникативных, педагогических способностей в достижении профессиональной успешности. Психологические особенности личности тренера.

Тема 8. Психологическое обеспечение подготовки спортсменов.

Психологическое обеспечение тренировок и соревнований: психодиагностика, психолого-педагогические и психогигиенические рекомендации, психологическая подготовка, управление состоянием и поведением спортсмена. Психологические основы обучения и спортивного совершенствования. Психологическое обеспечение физической, технической, тактической подготовки спортсменов. Моделирование спортивной деятельности как метод организационной подготовки к соревнованиям. Тактическое мышление спортсмена. Общая и специальная подготовка спортсмена к соревнованиям.

Тема 9. Психология физического воспитания и спорта в системе международной спортивной конкуренции.

Психологические особенности спортивного соревнования. Характеристика предстартовых состояний. Состояние психической готовности спортсмена. Диагностика предстартового состояния спортсмена. Регуляция предстартовых состояний. Понятие психорегуляции и назначение. Психофизиологические основы психорегуляции. Методы

психорегуляции. Факторы, условия и закономерности формирования и проявления способности к психорегуляции. Формирование умений психической саморегуляции на различных этапах спортивного совершенствования.

4.3. Практические занятия / лабораторные занятия

Очно-заочная форма обучения

Занятие 1. Потребность в движениях, мотивы двигательной активности и их влияние на психическую сферу человека

Занятие 2. Введение в психологию физической культуры и спорта.

Занятие 3. Психологические особенности деятельности занимающихся физической культурой и мотивация.

Занятие 4. Эмоционально-волевые аспекты физкультурной и спортивной деятельности

Занятие 5. Индивидуально-типологические особенности в спортивной деятельности. Психодиагностика и психические состояния в спорте.

Занятие 6. Основы психорегуляции в спорте, психология общения в физкультурной и спортивной деятельности.

Занятие 7. Психология личности тренера

Занятие 8. Психологическое обеспечение подготовки спортсменов

Занятие 9. Психология физического воспитания и спорта в системе международной спортивной конкуренции.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Основная литература

1. 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>
2. Мешкова, И. В. Психология физического воспитания : учебно-методическое пособие / И. В. Мешкова. — Нижний Тагил : НТГСПИ, 2020. — 176 с. — ISBN 978-5-6044455-0-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/177549>
3. Гареева, А. С. Спортивная психология: курс лекций : учебно-методическое пособие / А. С. Гареева ; составитель А. С. Гареева. — Уфа : БИФК, 2017. — 51 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/283427>

5.2. Дополнительная литература

1. Профессионально-педагогическое образование: состояние и перспективы : сборник статей по материалам VI Международной студенческой научно-практической конференции (г. Махачкала, 28.04.2022) / под ред. М. В. Гамзаевой, Р. Р. Алиевой ; Дагестанский государственный педагогический университет. – Москва : Директ-Медиа, 2022. – 388 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=691108>
2. Физическая культура в современной школе: теория и практика профессиональной подготовки : учебное пособие / составители Н. В. Губарева [и др.]. — Барнаул : АлтГПУ, 2022. — 142 с. — ISBN 978-5-907487-20-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/454139>

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. Научная электронная библиотека <http://www.elibrary.ru>
2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/index.php>
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам Федеральный портал <http://window.edu.ru>
4. Университетская информационная система Россия <https://uisrussia.msu.ru>
5. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» <https://cyberleninka.ru/>
6. Административно-управленческий портал <http://www.aup.ru/>
7. Компьютерные информационно-правовые системы «Консультант» <http://www.consultant.ru>, «Гарант» <http://www.garant.ru>.
8. Официальный интернет-портал правовой информации <http://pravo.gov.ru>.
9. Федеральный образовательный портал «Экономика. Социология. Менеджмент» <http://ecsocman.hse.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. Учебная аудитория Научно-исследовательского центра консультативной и психотерапевтической практики, оснащенная комплектом мебели для учебного процесса, учебной доской, персональными компьютерами с установленным свободно распространяемым программным обеспечением:
 - SPSS 20.0 (RUS) для обработки статистической информации;
 - Textanaty v2.0 для обработки текста.
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 «Психология физического воспитания и спорта» является дисциплиной, формирующей у обучающихся частично компетенцию ПК-8. В условиях конструирования образовательных систем на принципах компетентностного 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 «Психология физического воспитания и спорта».

Преподавание теоретического (лекционного) материала по дисциплине «Психология физического воспитания и спорта» осуществляется на основе междисциплинарной интеграции и четких междисциплинарных связей в рамках образовательной программы и учебного плана по направлению 38.03.02 Менеджмент.

Подробное содержание отдельных разделов дисциплины «Психология физического воспитания и спорта» рассматривается в п.5 рабочей программы.

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

Примерные темы рефератов для текущего контроля и перечень вопросов к зачету по дисциплине также представлены в п.8 рабочей программы.

Перечень основной и дополнительной литературы и нормативных документов, необходимых в ходе преподавания дисциплины «Психология физического воспитания и спорта», приведен в п.8 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, подготовка реферата. 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 «Психология физического воспитания и спорта» осуществляется в следующих формах:

- анализ правовой базы, регламентирующей деятельность организаций различных организационно-правовых форм;

- опрос по материалам, рассмотренным на лекциях и изученным самостоятельно по рекомендованной литературе;
- решение типовых расчетных задач по темам;
- 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.5 рабочей программы рекомендациями для подготовки к промежуточной аттестации по дисциплине «Психология физического воспитания и спорта». Список основной и дополнительной литературы и обязательных к изучению нормативно-правовых документов по дисциплине приведен в п.7 настоящей рабочей программы. Следует отдавать предпочтение изучению нормативных документов по соответствующим разделам дисциплины по сравнению с их адаптированной интерпретацией в учебной литературе.

Решение задач в разрезе разделов дисциплины «Психология физического воспитания и спорта» является самостоятельной работой обучающегося в форме домашнего задания в случаях недостатка аудиторного времени на практических занятиях для решения всех задач, запланированных преподавателем, проводящим практические занятия по дисциплине.

Методические указания по подготовке к промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине «Психология физического воспитания и спорта» проходит в форме зачета. Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине «Психология физического воспитания и спорта» и критерии оценки ответа обучающегося на зачете для целей оценки достижения заявленных индикаторов сформированности компетенций приведены в составе ФОС по дисциплине в п 8 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-8 Способен участвовать в управлении проектом, программой по развитию и построению профессиональной карьеры персонала	ИПК-8.3 Осуществляет управление проектами программами внедрения технологических инноваций, программ по построению и развитию профессиональной карьеры персонала	Промежуточный контроль: зачет Текущий контроль: опрос на практических занятиях; реферат	Темы 1-8

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

8.2.1 Критерии оценки ответа на зачете

(формирование компетенции ПК-8., индикаторы ИПК-8.3.)

«зачтено»

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.

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.

обучающийся демонстрирует неглубокие теоретические знания, проявляет слабо сформированные навыки анализа явлений и процессов, недостаточное умение делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает недостаточно свободное владение монологической речью, терминами, логичностью и последовательностью изложения, делает ошибки, которые может исправить только при коррекции преподавателем.

«не зачтено»

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-8., индикаторы ИПК-8.3.)

«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 реферата

(формирование компетенции ПК-8., индикаторы ИПК-8.3.)

«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.

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

Уровень сформированности компетенции	Оценка	Пояснение
Высокий	«зачтено»	теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине освоены полностью; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены на высоком уровне; компетенции сформированы
Средний	«зачтено»	теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине освоены полностью; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены с незначительными замечаниями; компетенции в целом сформированы
Удовлетворительный	«зачтено»	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	«не зачтено»	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-8., индикаторы ИПК-8.3.)

Примеры заданий для практических занятий

Пример теста 1:

1. Что изучает психология спорта:

- А) закономерности развития и функционирования психики;
- Б) закономерности развития, проявления психики человека в условиях физического воспитания под влиянием учебной и учебно-тренировочной деятельности;
- В) закономерности развития и формирования психики человека в специфических условиях спорта под влиянием учебной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.

2. Дополните недостающие характеристики тактического мышления спортсмена: наглядно-образный характер, гибкость, быстрота, критичность,

3. Физическое воспитание - это: А) физическая культура Б) физическое образование В) физическое развитие Г) развитие функциональных возможностей человека.

Пример практического задания:

Составить опросник для спортсмена на основе методики: «Стиль поведения в конфликте» разработанного К. Томасом и предназначенного для изучения личностной предрасположенности к конфликтному поведению, выявления определенных стилей разрешения конфликтной ситуации. Методика может использоваться в качестве ориентировочной для изучения адаптационных и коммуникативных особенностей личности, стиля межличностного взаимодействия(ПРИМЕР):

Инструкция: В каждой паре выберите то суждение, которое наиболее точно описывает Ваше типичное поведение в конфликтной ситуации.

1. • А. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса. • Б. Чем обсуждать то, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба не согласны.
2. • А. Я стараюсь найти компромиссное решение. • Б. Я пытаюсь уладить дело, учитывая интересы другого и мои.
3. • А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего. • Б. Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения.
4. • А. Я стараюсь найти компромиссное решение. • Б. Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.
5. • А. Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого. • Б. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать напряженности.
6. • А. Я пытаюсь избежать возникновения неприятностей для себя. • Б. Я стараюсь добиться своего.
7. • А. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно. • Б. Я считаю возможным уступить, чтобы добиться другого.

8.3.2. Текущий контроль (подготовка реферата)

(формирование компетенции ПК-8., индикаторы ИПК-8.3.)

Примерные темы рефератов

1. Социальная природа личности.
2. Типологии личности и их роль в понимании, предвидении и управлении организационным поведением.
3. Мотивы поведения и деятельности. Необходимость изучения психологии мотивационной сферы в управленческих функциях.
4. Восприятия, ценности, отношения и их роль в оценке трудовых ресурсов и повышении эффективности процедур привлечения и отбора персонала.
5. Профессиональная и социальная мотивация в деятельности менеджера.
6. Формализация организационных процессов: методы разработки основных документов

- организации, регулирующих поведение.
7. Личность и поведение в бюрократической организации: сильные и слабые стороны бюрократии.
 8. Проектирование и разработка альбома должностных инструкций.
 9. Внутренний корпоративный устав организации и его разработка.
 10. Особенности материального и нематериального стимулирования труда.
 11. Работа менеджера с неформальными группами.
 12. Стилиевые характеристики поведения менеджера.
 13. Формальные коммуникации в организации: цели и возможности формализации делового обращения.
 14. Социальная политика организации.
 15. Кадровая политика организации.
 16. Организационно-культурные регуляторы поведения.
 17. Психология физического воспитания и спорта на разных стадиях жизненного цикла организации.
 18. Коллективная одержимость, толпа и организационные предпосылки возникновения.
 19. Управление карьерой сотрудников в организациях с развитой корпоративной культурой.
 20. Технология переговоров и Психология физического воспитания и спорта участников.

8.3.3. Промежуточный контроль (вопросы к зачету)

(формирование компетенции ПК-8., индикаторы ИПК-8.3.)

Примерные вопросы к зачету

1. Предмет и задачи психологии спорта и физической культуры. Прикладное и теоретическое значение психологии спорта.
2. Соотношение понятий «физическая культура», «физическое воспитание», «спорт».
3. Общие и отличительные черты психологии физической культуры и психологии спорта.
4. Структура спортивной деятельности.
5. Роль внимания в физической культуре и спорте. Способы поддержания его устойчивости на занятиях физической культурой.
6. Организация эффективного восприятия на занятиях физической культурой. Типы восприятия занимающихся.
7. Восприятие движения, времени, темпа и ритма как составные элементы интегрированного образа физических упражнений. Специализированные восприятия в спорте.
8. Особенности проявления памяти на занятиях физической культуры. Двигательная память. Роль тактильной и вестибулярной памяти при разучивании физических упражнений.
9. Роль воображения и мыслительной деятельности в спорте. Развитие творческого мышления на уроках физической культуры.
10. Тактическое мышление спортсмена. Основные характеристики тактического мышления. Методы совершенствования тактического мышления.
11. Особенности проявления и регуляции эмоционально-волевой сферы в разных возрастах на занятиях физической культурой.
12. Мотивы занятий физической культуры на разных этапах обучения.
13. Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности. Формирование личности спортсмена.
14. Психология личности спортсмена: отличительные черты личности и их связь с успешностью в спортивной деятельности.
15. Защитные механизмы личности спортсмена (виды и функции).
16. Понятие о двигательных навыках. Стадии формирования двигательных навыков.
17. Закономерности формирования навыков.

18. Представление как программа для реализации двигательных действий. Принципы идеомоторной тренировки.
19. Психологическая характеристика быстроты и выносливости. Виды и факторы.
20. Психологическая характеристика силы, ловкости, гибкости. Виды, факторы.
21. Понятие о реакции в спорте. Простые и сложные реакции. Структура реакции.
22. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе и спорте. Признаки перенапряжения. Волевая регуляция.
23. Механизмы контроля и самоконтроля в спортивной деятельности.
24. Предсоревновательное психическое состояние. Динамика состояния.
25. Экстремальные ситуации соревновательного характера, как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности.
26. Планирование психологической подготовки спортсменов к соревнованию.
27. Факторы, способствующие повышению активности на занятиях физической культурой
28. Психологические особенности личности тренера. Основные функции, общие и специальные требования к тренерской деятельности.
29. Психологическое обеспечение физической подготовки спортсменов.
30. Основы организационного поведения: понятие организационного поведения, факторы, влияющие на него.
31. Психология физического воспитания и спорта как предмет изучения, управления и развития.
32. Теории поведения человека в организации.
33. Модели организационного поведения (теории Х, Y, Z, авторитарная модель, модель опеки, поддерживающая модель, коллегиальная модель).
34. Личностный аспект взаимодействия человека и организационного окружения: восприятие, составляющие процесса восприятия.
35. Понятие личности. Черты формирования личности.
36. Характеристики личности. Стереотипы работающего человека.
37. Типологии личности.
38. Понятие группы. Типы групп и их структура, общие характеристики групп.
39. Понятие рабочей группы. Формирование команд: условия формирования, стадии становления, условия эффективной команды.
40. Причины вступления в неформальные группы, характеристики неформальных групп.
41. Взаимодействие человека и организации. Сотрудничество и конкуренция. Солидарное поведение.
42. Роль аспект взаимодействия человека и организации.
43. Межличностные коммуникации: коммуникационные стили, препятствия эффективности коммуникаций.
44. Межличностное общение. Уровни межличностного общения.
45. Искусство общения. Вербальные и невербальные характеристики коммуникаций.
46. Искажения в процессе коммуникаций. Барьеры в организации.
47. Деловое общение. Подготовка и проведение переговоров.
48. Деловая беседа. Совещание, дискуссии.
49. Коммуникативное поведение руководителя.
50. Понятие о мотивации. Мотивы и их виды; общие, первичные и вторичные.
51. Общая характеристика мотивации. Трудовая мотивация. Потребности, побуждения. Мотивационный процесс.
52. Власть и личное влияние, каналы власти (принуждение, влияние, компетенция, информация, должностное положение, авторитет, награждение
53. Природа лидерства. Менеджер и лидер.
54. Подходы к изучению лидерства (личностный, поведенческий, процессный, ситуационный).
55. Поведенческий подход к изучению лидерства.
56. Процессный подход к изучению.

57. Ситуационные теории лидерства.
58. Конфликты: определение, сущность и роль в современной организации.
59. Стресс на рабочем месте. Причины и симптомы стресса.
60. Влияние стресса на здоровье работников. Индивидуальные методы борьбы со стрессом. Способы борьбы со стрессом в организации.
61. Сущность и взаимосвязь функций управления (планирование, организация, мотивация, контроль).
62. Понятие техники руководства (рамочное управление, управление с помощью делегирования, управление по целям).
63. Средства руководства: информирование, беседа, обсуждение, переговоры, критика, порицание, участие.
64. Понятие и роль организационной (корпоративной) культуры в организации.
65. Основные источники и элементы организационной культуры.
66. Принципы формирования корпоративной культуры в организации.
67. Типы организационной культуры.
68. Имидж человека, организации. Принципы создания имиджа. Формула воздействия имиджа.
69. Природа организационных изменений. Сопротивление переменам: причины, виды, последствия.
70. Модели организационных изменений.
71. Осуществление изменений. Этапы процесса изменений.
72. Управление организационными изменениями. Планирование и осуществление изменений. Поддержка процесса изменений.
73. Методы организационных изменений. Методы индивидуальных преобразований. Методы групповых изменений. Методы развития организаций.
74. Личность и глобализация. Моно-, полиактивные и реактивные культуры.
75. Психология физического воспитания и спорта в системе международного бизнеса: моделирование поведения менеджера, критерии выбора моделей поведения.
76. Восприятие ценностей других культур.
77. Проблемы создания многонациональных команд.
78. Управление межкультурными различиями. Отношения между материнской и дочерними компаниями (этноцентрические, полицентрические, регионоцентрические, геоцентрические).
79. Стратегии управления межкультурными различиями (игнорирование, минимизация, использование).
80. Психологическое обеспечение тактической подготовки спортсменов. Особенности тактического мышления.