

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
 высшего образования  
 «Кемеровский государственный медицинский университет»  
 Министерства здравоохранения Российской Федерации  
 (ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России)

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе  
 и молодежной политике

д.м.н., проф.  Е. В. Косыкина

« 30 »  2022



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**СПЕЦПРАКТИКУМ «ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ СПОРТИВНОГО ПСИХОЛОГА»**

(наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)

|                                               |                                                 |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <b>Код, наименование специальности:</b>       | 37.05.01 Клиническая психология                 |
| <b>Квалификация выпускника:</b>               | клинический психолог                            |
| <b>Форма обучения:</b>                        | очная                                           |
| <b>Факультет:</b>                             | педиатрический                                  |
| <b>Кафедра-разработчик рабочей программы:</b> | психиатрии, наркологии и медицинской психологии |

| Семестр       | Трудоемкость |    | Лекции,<br>ч | Практ.<br>занятия,<br>ч | Лаб.<br>занятия,<br>ч | КПЗ, ч | Семинары,<br>ч | СРС, ч    | КР, ч | Экзамен,<br>ч | Форма<br>промежу-<br>точного<br>контроля<br>(экзамен/<br>зачет) |
|---------------|--------------|----|--------------|-------------------------|-----------------------|--------|----------------|-----------|-------|---------------|-----------------------------------------------------------------|
|               | зач.ед.      | ч. |              |                         |                       |        |                |           |       |               |                                                                 |
| <b>X</b>      | 2            | 72 | 16           | 32                      |                       |        |                | 24        |       |               | зачет                                                           |
| <b>Итого:</b> | 2            | 72 | <b>16</b>    | <b>32</b>               |                       |        |                | <b>24</b> |       |               | <b>зачет</b>                                                    |

Рабочая программа дисциплины «**Спецпрактикум «Психологические методы работы спортивного психолога»**» разработана в соответствии с ФГОС ВО – специалитет по специальности 37.05.01 Клиническая психология квалификация «Клинический психолог», утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 683 от «26» мая 2020 г. (рег. в Министерстве юстиции РФ № 58849 от 06.07.2020 г.).

**Рабочую программу разработал(и):**

доцент кафедры психиатрии,  
наркологии и медицинской  
психологии

Валиуллина Е.В.

**Рабочая программа рассмотрена и  
одобрена на заседании кафедры**

психиатрии, наркологии и медицинской  
психологии

Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

**Рабочая программа рассмотрена и  
рекомендована к утверждению на заседании  
ФМК педиатрического факультета:**

Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

**Рабочая программа согласована:**

**Заведующий библиотекой:**

Фролова Г.А. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
(подпись) (дата)

**Декан педиатрического факультета:**

Шмакова О.В. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
(подпись) (дата)

Рабочая программа зарегистрирована в  
учебно-методическом отделе  
М.П. Дубовченко

Регистрационный номер: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
(подпись) (дата)

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

## 1.1. Цели и задачи освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Спецпрактикум «Психологические методы работы спортивного психолога» являются формирование представлений обучающихся в области теоретических знаний и практических навыков применения психологических методов в профессиональной деятельности спортивного психолога, развитие у обучающихся интереса к практическим методам спортивной психологии.

Задачи дисциплины: рассмотрение теоретических основ и категорий спортивной психологии и психологии спорта; знакомство с современным состоянием и перспективами развития дисциплины; изучение психологических закономерностей деятельности человека в условиях спортивной активности; понимание психологических основ спортивной деятельности, развитие у обучающихся навыков работы с научными источниками и профессиональной психологической литературой.

## 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

«Спецпрактикум «Психологические методы работы спортивного психолога» относится к части дисциплин, формируемой участниками образовательных отношений.

Для изучения дисциплины необходимы знания и умения, формируемые предшествующими дисциплинами/практиками:

| № п/п | Наименование дисциплин(ы) / практик                       |
|-------|-----------------------------------------------------------|
| 1.    | Психология саморегуляции в спорте                         |
| 2.    | Личность и организация деятельности спортивного психолога |
| 3.    | Введение спортивную психологию                            |
| 4.    | Спортивная психология                                     |
| 5.    | Методологические проблемы психологии спорта               |

Изучение дисциплины необходимо для получения знаний и умений, формируемых последующими дисциплинами/практиками:

| № п/п | Наименование дисциплин(ы) / практик                                       |
|-------|---------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Психологические методы подготовки спортсменов                             |
| 2.    | Психология тренера спортивной команды                                     |
| 3.    | Психология кризисных ситуаций в спорте высоких достижений (спецпрактикум) |
| 4.    | Тренинг коммуникативной компетентности (врачей и спортсменов)             |
| 5.    | Стресс-менеджмент в спорте                                                |

В основе преподавания данной дисциплины лежат следующие типы профессиональной деятельности:

1. консультативный и психотерапевтический, проектно-инновационный;
2. психодиагностический;
3. научно-исследовательский.

## 2. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Общепрофессиональные компетенции

| № п/п | Наименование категории общепрофессиональных компетенций | Код общепрофессиональных компетенций | Содержание общепрофессиональных компетенций                                                                                                                                                                                                                             | Код, наименование индикаторов общепрофессиональных компетенций                                                                                                                                                                                                                   | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Психологическое консультирование                        | ОПК-6                                | Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию и неврачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности клинического психолога | ИД-1 ОПК-6 Знать основные понятия, цели и структуру процесса психологического консультирования, современные направления психологического консультирования и психотерапии.<br>ИД-3 ОПК-6 Владеть основными методами и техниками психологического консультирования и психотерапии. | Текущий контроль:<br>Тестовые задания текущего контроля знаний<br>№ 1-17<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-32<br>Ситуационные задачи<br>№ 1-15<br>Промежуточная аттестация:<br>Контрольные вопросы<br>Раздела 1 № 1-20<br>Раздела 2 № 1-18<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля<br>№ 1-4<br>Вопросы к зачету<br>№ 1-37 |

### 2.2. Профессиональные компетенции

| Профессиональный стандарт   |                  | Код профессиональных компетенций | Содержание профессиональных компетенций | Код, наименование индикаторов профессиональных компетенций | Оценочные средства |
|-----------------------------|------------------|----------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------|
| Обобщенная трудовая функция | Трудовая функция |                                  |                                         |                                                            |                    |
|                             |                  |                                  |                                         |                                                            |                    |

| Профессиональный стандарт                                                               |                                                                                                                                                                                     | Код профессиональных компетенций | Содержание профессиональных компетенций                                                                                                                            | Код, наименование индикаторов профессиональных компетенций                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Оценочные средства                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Обобщенная трудовая функция                                                             | Трудовая функция                                                                                                                                                                    |                                  |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                   |
| Оказание клинико-психологической помощи населению (код А, уровень квалификации 7)       | Клинико-психологическая диагностика и клинико-психологическая помощь при заболеваниях и (или) иных, связанных со здоровьем состояниях, в кризисных и экстремальных ситуациях А/01.7 | ПК-2                             | <b>Готовность к оказанию клинико-психологической помощи при заболеваниях и (или) иных связанных со здоровьем состояниях, в кризисных и экстремальных ситуациях</b> | ИД-6 ПК-2 2 Знать и быть способным реализовывать основные принципы, содержание, алгоритм оказания первой (экстренной) помощи в экстремальных ситуациях, методы и методики оказания клинико-психологической помощи при заболеваниях и (или) состояниях, в том числе в кризисных и экстремальных ситуациях, а также способы предотвращения или устранения осложнений, нежелательных реакций, возникших при оказании клинико-психологической помощи на всех этапах лечебного и реабилитационного процесса и уметь их реализовывать на практике | Текущий контроль:<br>Тестовые задания текущего контроля знаний<br>№ 1-17<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-32<br>Ситуационные задачи<br>№ 1-15                                  |
|                                                                                         |                                                                                                                                                                                     |                                  |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Промежуточная аттестация:<br>Контрольные вопросы<br>Раздела 1 № 1-20<br>Раздела 2 № 1-18<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля<br>№ 1-4<br>Вопросы к зачету<br>№ 1-37 |
| Организация и управление предоставлением социально-психологических услуг и психологичес | Организация предоставления социально-психологических услуг получателям социальных услуг и                                                                                           | ПК-9                             | <b>Готовность к оказанию психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы (образования (спорт), здравоохранения)</b>                       | ИД-1 ПК-9 Выявлять и анализировать неблагоприятные психологические факторы в профессиональной деятельности и разрабатывать планы, согласовывать формы и условия оказания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Текущий контроль:<br>Тестовые задания текущего контроля знаний<br>№ 1-17<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-32<br>Ситуационные задачи<br>№ 1-15                                  |

| Профессиональный стандарт                                                                                     |                                                                                                         | Код профессиональных компетенций | Содержание профессиональных компетенций                                                                                                                                                                                    | Код, наименование индикаторов профессиональных компетенций                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Оценочные средства                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Обобщенная трудовая функция                                                                                   | Трудовая функция                                                                                        |                                  |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                          |
| кой помощи отдельным лицам и социальным группам (код В, уровень квалификации 7)                               | психологической помощи социально-уязвимым слоям населения В/01.7                                        |                                  |                                                                                                                                                                                                                            | психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы(образования(спорт), здравоохранения); ИД-3 ПК-9 Содействовать оптимизации профессиональной среды, в том числе социально-психологического климата в коллективе, профилактике межличностных и межгрупповых конфликтов, на основе изучения факторов, влияющих на эффективность и качество труда, работоспособность и удовлетворенность работников | Промежуточная аттестация:<br>Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-20<br>Раздела 2 № 1-18<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1-4<br>Вопросы к зачету № 1-37 |
| Подготовка спортивной сборной команды Российской Федерации по виду адаптивного спорта (спортивной дисциплине, | Контроль процесса отбора спортсменов в спортивную сборную команду Е/01.7<br><br>Управление тренировочны | ПК-13                            | <b>Готовность к психологическому сопровождению спортсменов спортивной сборной команды во время тренировочного и соревновательного процессов, проведения занятий по адаптивной физической культуре, лечебной физической</b> | ИД-2 ПК-13 Подготавливать психологические рекомендации по совершенствованию проведения тренировочного и соревновательного процессов, занятий по адаптивной физической культуре, лечебной физической культуре, общей физической подготовке со сборной команды, в том числе при разработке индивидуально-                                                                                                                 | Текущий контроль:<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 1-17<br>Темы рефератов (докладов) № 1-32<br>Ситуационные задачи № 1-15                                  |
|                                                                                                               |                                                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Промежуточная аттестация:<br>Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-20                                                                                                        |

| Профессиональный стандарт                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                            | Код профессиональных компетенций | Содержание профессиональных компетенций                                                         | Код, наименование индикаторов профессиональных компетенций                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Оценочные средства                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Обобщенная трудовая функция                                                                                                                                                                                                                        | Трудовая функция                                                                                                                                           |                                  |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                    |
| группе спортивных дисциплин), субъекта Российской Федерации по виду адаптивного спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин) к выступлениям на официальных и международных спортивных соревнованиях (код Е, уровень квалификации 7) | <p>м процессом в спортивной сборной команде Е/02.7</p> <p>Руководство систематической соревновательной деятельностью спортивной сборной команды Е/03.7</p> |                                  | <p><b>культуре</b> и общей физической подготовке со спортсменами спортивной сборной команды</p> | <p>адаптационного курса тренировок спортсмена или спортивной сборной команды (в том числе, по выполнению упражнений, применению средств и методов спортивной подготовки, адекватных задачам развития психических качеств и с учетом сенситивных периодов развития психических и физиологических функций), разработке режима труда и отдыха спортсменов</p> | <p>Раздела 2 № 1-18</p> <p>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1-4</p> <p>Вопросы к зачету № 1-37</p> |
|                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                            | <b>ПК-14</b>                     | <b>Готовность к осуществлению психологического</b>                                              | ИД-2 ПК-14 Быть способным и готовым к использованию механизмов и методов                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Текущий контроль: Тестовые задания текущего контроля знаний                                                        |

| Профессиональный стандарт                                                      |                                                                               | Код профессиональных компетенций | Содержание профессиональных компетенций                                                                                                                                                                                                                          | Код, наименование индикаторов профессиональных компетенций                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Обобщенная трудовая функция                                                    | Трудовая функция                                                              |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                |                                                                               |                                  | сопровождения тренеров спортивной сборной команды во время тренировочного и соревновательного процессов, проведения занятий по адаптивной физической культуре, лечебной физической культуре и общей физической подготовке спортсменов спортивной сборной команды | психологического воздействия на тренеров в процессе индивидуальной и групповой работы, направленной на достижение высоких спортивных результатов; ИД-4 ПК-14 Быть способным и готовым к планированию и осуществлению научных исследований в области психологии спорта с применением современных (аппаратурных) методов; ИД-5 ПК-14 Работать с обращениями тренеров, консультирование тренеров по психологическим вопросам организации тренировочного процесса, выявление проблем и определение алгоритмов их решения | <p>№ 1-17<br/>Темы рефератов (докладов) № 1-32<br/>Ситуационные задачи № 1-15</p> <p>Промежуточная аттестация:<br/>Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-20<br/>Раздела 2 № 1-18<br/>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1-4<br/>Вопросы к зачету № 1-37</p> |
| Подготовка спортивной сборной команды Российской Федерации по виду адаптивного | Руководство систематической соревновательной деятельностью спортивной сборной | ПК-15                            | Способность к осуществлению психологической подготовки спортивной сборной команды РФ или субъекта РФ к выступлениям на официальных или международных                                                                                                             | ИД-2 ПК-15 Выявлять уровень психологической подготовленности спортсмена, его потенциал и волевые качества, контролировать психическое состояние спортсменов во время тренировочного процесса;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Текущий контроль:<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 1-17<br>Темы рефератов (докладов) № 1-32<br>Ситуационные задачи № 1-15                                                                                                                               |



| Профессиональный стандарт                                                                                                                                                                                                                                           |                  | Код профессиональных компетенций | Содержание профессиональных компетенций | Код, наименование индикаторов профессиональных компетенций                                                                                                                                                                                                                                                 | Оценочные средства                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Обобщенная трудовая функция                                                                                                                                                                                                                                         | Трудовая функция |                                  |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                          |
| спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин), субъекта Российской Федерации по виду адаптивного спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин) к выступлениям на международных спортивных соревнованиях (код Е, уровень квалификации 7) | команды Е/03.7   |                                  | <b>соревнованиях</b>                    | ИД-4 ПК-15 Контролировать организацию и проводить воспитательную работу со спортсменами спортивной сборной команды; обеспечение и поддержание благоприятного климата и высокого уровня мотивированности спортсменов, оценивать уровень мотивированности и проводить мониторинг уровня спортивной мотивации | Промежуточная аттестация:<br>Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-20<br>Раздела 2 № 1-18<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1-4<br>Вопросы к зачету № 1-37 |

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы                                            | Трудоемкость всего       |                           | Трудоемкость по семестрам (ч) |  |
|---------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------|-------------------------------|--|
|                                                               | в зачетных единицах (ЗЕ) | в академических часах (ч) | семестры                      |  |
|                                                               |                          |                           | X                             |  |
| <b>Аудиторная работа, в том числе:</b>                        | 1,32                     | 48                        | 48                            |  |
| лекции (Л)                                                    | 0,44                     | 16                        | 16                            |  |
| лабораторные практикумы (ЛП)                                  |                          |                           |                               |  |
| практические занятия (ПЗ)                                     | 0,88                     | 32                        | 32                            |  |
| клинические практические занятия (КПЗ)                        |                          |                           |                               |  |
| семинары (С)                                                  |                          |                           |                               |  |
| <b>Самостоятельная работа студента (СРС), в том числе НИР</b> | 0,68                     | 24                        | 24                            |  |
| <b>Промежуточная аттестация:</b>                              | зачет (З)                |                           | 3                             |  |
|                                                               | экзамен (Э)              |                           |                               |  |
| Экзамен / зачёт                                               |                          |                           | зачёт                         |  |
| <b>ИТОГО:</b>                                                 | <b>2</b>                 | <b>72</b>                 |                               |  |

Общая трудоемкость модуля дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72ч.

#### 3.2. Учебно-тематический план дисциплины

| № п/п      | Наименование разделов и тем                                              | Семестр  | Всего часов | Виды учебной работы |    |           |     |   |    | СРС       |
|------------|--------------------------------------------------------------------------|----------|-------------|---------------------|----|-----------|-----|---|----|-----------|
|            |                                                                          |          |             | Аудиторные часы     |    |           |     |   |    |           |
|            |                                                                          |          |             | Л                   | ЛП | ПЗ        | КПЗ | С | КР |           |
| <b>1</b>   | <b>Раздел 1. Общепсихологические аспекты спортивной деятельности</b>     | <b>X</b> | <b>36</b>   | <b>8</b>            |    | <b>16</b> |     |   |    | <b>12</b> |
| <b>1.1</b> | Характеристики психической нагрузки в спортивной деятельности            | X        | 9           | 2                   |    | 4         |     |   |    | 3         |
| <b>1.2</b> | Практическая психодиагностика тренеров и спортсменов                     | X        | 9           | 2                   |    | 4         |     |   |    | 3         |
| <b>1.3</b> | Эргономические характеристики предметной среды в спортивной деятельности | X        | 9           | 2                   |    | 4         |     |   |    | 3         |
| <b>1.4</b> | Психологическое сопровождение спортивной деятельности                    | X        | 9           | 2                   |    | 4         |     |   |    | 3         |
| <b>2</b>   | <b>Раздел 2. Психологическая практика в спортивной деятельности</b>      | <b>X</b> | <b>36</b>   | <b>8</b>            |    | <b>16</b> |     |   |    | <b>12</b> |
| <b>2.1</b> | Исследование и поддержание спортивной мотивации                          | X        | 9           | 2                   |    | 4         |     |   |    | 3         |

| №<br>п/п | Наименование разделов и тем                                         | Семестр  | Всего<br>часов | Виды учебной работы |    |           |     |   |    | СРС       |
|----------|---------------------------------------------------------------------|----------|----------------|---------------------|----|-----------|-----|---|----|-----------|
|          |                                                                     |          |                | Аудиторные часы     |    |           |     |   |    |           |
|          |                                                                     |          |                | Л                   | ЛП | ПЗ        | КПЗ | С | КР |           |
| 2.2      | Целеполагание и постановка спортивных целей                         | X        | 9              | 2                   |    | 4         |     |   |    | 3         |
| 2.3      | Мобилизация спортсмена на различных этапах спортивной деятельности  | X        | 9              | 2                   |    | 4         |     |   |    | 3         |
| 2.4      | Психологическая коррекция негативных психических состояний в спорте | X        | 9              | 2                   |    | 4         |     |   |    | 3         |
|          | Экзамен / зачёт                                                     | X        |                |                     |    |           |     |   |    |           |
|          | <b>ИТОГО:</b>                                                       | <b>X</b> | <b>72</b>      | <b>16</b>           |    | <b>32</b> |     |   |    | <b>24</b> |

### 3.3. Лекционные (теоретические) занятия

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                                 | Содержание лекционных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                            |
|-------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | <b>Раздел 1. Общепсихологические аспекты спортивной деятельности</b> | х                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 8            | Х       | х                                        | х                                                      | х                                                                                                                                                                                                   |
| 1.1   | Характеристики психической нагрузки в спортивной деятельности        | Структура спортивной деятельности и психологические компоненты в структуре спортивной деятельности. Задачи изучения особенностей психической нагрузки. Разновидности психической нагрузки в спортивной деятельности. Факторы психической нагрузки. Влияние психической нагрузки на специальные двигательные качества спортсмена. Восстановление работоспособности спортсменов перед и после больших тренировочных и соревновательных нагрузок. Психические напряжения и перенапряжения в тренировочном процессе, его признаки. Составление психоспортграмм ПВК, | 2            | Х       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 1-4<br>Ситуационные задачи № 1-3<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3<br>Вопросы к зачету № 1-5 |
|       |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-5<br>Вопросы к зачету № 1-5                                                                                                                                       |
|       |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 1-4<br>Ситуационные задачи                                                                                       |

| №<br>п/п | Наименование раздела,<br>тем дисциплины | Содержание лекционных<br>занятий                                                                              | Кол-во<br>часов | Семестр | Компетенция,<br>формируемая<br>по теме<br>занятия | Индикаторы<br>компетенций              | ФОС, подтверждающий<br>освоение компетенции                                                                                                                                                                                 |
|----------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------|---------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                         | лимитирующих<br>эффективность и успешность<br>выполнения тренировочной и<br>соревновательной<br>деятельности. |                 |         |                                                   |                                        | № 1-3<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 3<br>Вопросы к зачету<br>№ 1-5                                                                                                                              |
|          |                                         |                                                                                                               |                 |         | <b>ПК-13</b>                                      | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 1-5<br>Вопросы к зачету<br>№ 1-5                                                                                                                                                      |
|          |                                         |                                                                                                               |                 |         | <b>ПК-14</b>                                      | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 1-5<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 1-4<br>Ситуационные задачи<br>№ 1-3<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 3<br>Вопросы к зачету<br>№ 1-5 |
|          |                                         |                                                                                                               |                 |         | <b>ПК-15</b>                                      | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 1-5<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 1-4                                                                                                                          |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                 | Содержание лекционных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                     |
|-------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |              |         |                                          |                                                        | Ситуационные задачи № 1-3<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3<br>Вопросы к зачету № 1-5                                                                                                    |
| 1.2   | Практическая психодиагностика тренеров и спортсменов | Теоретические основы психодиагностики в спорте. Психодиагностика личностных качеств спортсменов. Особенности изучения индивидуально-типологических особенностей спортсменов по методике Big Five. Исследование базовых личностных качеств спортсменов и тренеров по методике «Пятифакторный опросник личности». Исследование психического благополучия спортсменов. Методика исследования жизнестойкости спортсменов как ресурса конкурентоспособности. Теоретические подходы к изучению благополучия спортсменов. Психодиагностика когнитивных способностей | 2            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 1 № 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 5-6<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 6-12 |
|       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 1 № 6-10<br>Вопросы к зачету № 6-12                                                                                                                                              |
|       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 1 № 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний                                                                                                                            |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Содержание лекционных занятий                                                                                                                                                               | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                        |
|-------|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      | спортсменов. Теоретическое обоснование значения когнитивных способностей в спорте. Возможности теста-опросника «Когнитивные ошибки в спорте» для изучения когнитивных ресурсов спортсменов. |              |         |                                          |                                        | № 5-6<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 6-12                                                                                      |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы Раздела 1<br>№ 6-10<br>Вопросы к зачету № 6-12                                                                                                                                              |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы Раздела 1<br>№ 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 5-6<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 6-12 |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы Раздела 1<br>№ 6-10<br>Тестовые задания                                                                                                                                                     |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                                     | Содержание лекционных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                 |
|-------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         |                                          |                                                        | текущего контроля знаний № 5-6<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 6-12                                      |
| 1.3   | Эргономические характеристики предметной среды в спортивной деятельности | Теоретические основы и понятия эргономичности пространства. Эргономика как научная дисциплина. Эргономичная предметная среда в спортивной деятельности. Условия реализации двигательной активности. предметной среде. Трехстадийная модель поведения человека в предметно-пространственном окружении: ориентировочная деятельность, психо-соматическая установка, исполнительная деятельность. Проектирование оптимальной спортивной предметно-пространственной среды. Эргономичность спортивной одежды. | 2            | Х       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 1 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Ситуационные задачи № 4-6<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1<br>Вопросы к зачету № 13-16 |
|       |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 1 № 11-15<br>Вопросы к зачету № 13-16                                                                                                                        |
|       |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 1 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов)                                                                                                                       |



| №<br>п/п | Наименование раздела,<br>тем дисциплины | Содержание лекционных<br>занятий | Кол-во<br>часов | Семестр | Компетенция,<br>формируемая<br>по теме<br>занятия | Индикаторы<br>компетенций              | ФОС, подтверждающий<br>освоение компетенции                                                                                                                                                                   |
|----------|-----------------------------------------|----------------------------------|-----------------|---------|---------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                         |                                  |                 |         |                                                   |                                        | № 1-15<br>Ситуационные задачи<br>№ 4-6<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 1<br>Вопросы к зачету<br>№ 13-16                                                                             |
|          |                                         |                                  |                 |         | <b>ПК-13</b>                                      | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 11-15<br>Вопросы к зачету<br>№ 13-16                                                                                                                                    |
|          |                                         |                                  |                 |         | <b>ПК-14</b>                                      | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 11-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Ситуационные задачи<br>№ 4-6<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 1<br>Вопросы к зачету<br>№ 13-16 |
|          |                                         |                                  |                 |         | <b>ПК-15</b>                                      | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 11-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15                                                                                                                            |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                  | Содержание лекционных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                       |
|-------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |         |                                          |                                                        | Ситуационные задачи № 4-6<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1<br>Вопросы к зачету № 13-16                                                                                                    |
| 1.4   | Психологическое сопровождение спортивной деятельности | Сущность понятий психологическая помощь, психологическая поддержка, психологическое сопровождение и их характеристика. Цели, задачи и формы психологического сопровождения в спорте. Компоненты сопровождения спортсменов. Основные формы организации психологического сопровождения в спорте. Основные направления психологического сопровождения спортсменов. Условия организации эффективного психологического сопровождения. | 2            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 1 № 16-20<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 7-9<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету № 17-20 |
|       |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 1 № 16-20<br>Вопросы к зачету № 17-20                                                                                                                                              |
|       |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 1 № 16-20<br>Тестовые задания текущего контроля знаний                                                                                                                             |

| №<br>п/п | Наименование раздела,<br>тем дисциплины | Содержание лекционных<br>занятий | Кол-во<br>часов | Семестр | Компетенция,<br>формируемая<br>по теме<br>занятия | Индикаторы<br>компетенций              | ФОС, подтверждающий<br>освоение компетенции                                                                                                                                                                                            |
|----------|-----------------------------------------|----------------------------------|-----------------|---------|---------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                         |                                  |                 |         |                                                   |                                        | № 7-9<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 4<br>Вопросы к зачету<br>№ 17-20                                                                                                |
|          |                                         |                                  |                 |         | <b>ПК-13</b>                                      | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 16-20<br>Вопросы к зачету<br>№ 17-20                                                                                                                                                             |
|          |                                         |                                  |                 |         | <b>ПК-14</b>                                      | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 16-20<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 7-9<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 4<br>Вопросы к зачету<br>№ 17-20 |
|          |                                         |                                  |                 |         | <b>ПК-15</b>                                      | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 16-20<br>Тестовые задания                                                                                                                                                                        |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                                    | Содержание лекционных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                 |
|-------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         |                                          |                                                        | текущего контроля знаний № 7-9<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету № 17-20                                                     |
| 2     | <b>Раздел 2.<br/>Психологическая практика в спортивной деятельности</b> | х                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 8            | Х       | х                                        | х                                                      | х                                                                                                                                                                                                        |
| 2.1   | Исследование и поддержание спортивной мотивации                         | Мотивация спортивной деятельности. Внешняя и внутренняя мотивация. Классификация мотивов спортивной деятельности. Проявление мотивации в спортивной деятельности. Особенности мотивации на различных этапах достижения спортивного мастерства. Мотивация достижения в спорте (Г. Мюррей, Д. МакКлелланд, Х. Хекхаузен, Т.О. Гордеева и др.). Мотив избегания неудачи. Страх неудачи. Отношение «уровень возбуждения – | 2            | Х       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 2 № 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 10-12<br>Ситуационные задачи № 7-10<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3<br>Вопросы к зачету № 21-24 |
|       |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 2 № 1-5<br>Вопросы к зачету                                                                                                                                                  |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Содержание лекционных занятий                                                                                                                 | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                 |
|-------|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      | спортивный результат». Методы психодиагностики мотивации. Шкала отношения к предстоящему соревнованию (ОПС). Повышение мотивации спортсменов. |              |         |                                          |                                        | № 21-24                                                                                                                                                                                                  |
|       |                                      |                                                                                                                                               |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 ПК-9<br>ИД-3 ПК-9                 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 10-12<br>Ситуационные задачи № 7-10<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3<br>Вопросы к зачету № 21-24 |
|       |                                      |                                                                                                                                               |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы Раздела 2 № 1-5<br>Вопросы к зачету № 21-24                                                                                                                                          |
|       |                                      |                                                                                                                                               |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 10-12<br>Ситуационные задачи № 7-10<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3                             |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины        | Содержание лекционных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций   | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                         |
|-------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |         |                                          |                          | Вопросы к зачету № 21-24                                                                                                                                                                                         |
|       |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 10-12<br>Ситуационные задачи № 7-10<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3<br>Вопросы к зачету № 21-24         |
| 2.2   | Целеполагание и постановка спортивных целей | Личные целевые установки спортсменов. Уровень притязаний. Постановка реалистичных личных целей. Важность постановки личных целей. Этапы и стадии целеполагания в спорте: целеобразование, целеудержание и целереализация. Хронология становления и достижения спортивной цели. Влияние уровня сложности и специфичности целей на результативность в спорте. | 2            | Х       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 ОПК-6<br>ИД-3 ОПК-6 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 13-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 25-28 |
|       |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 ПК-2                | Контрольные вопросы Раздела 2                                                                                                                                                                                    |

| №<br>п/п | Наименование раздела,<br>тем дисциплины | Содержание лекционных<br>занятий                                                                                           | Кол-во<br>часов | Семестр | Компетенция,<br>формируемая<br>по теме<br>занятия | Индикаторы<br>компетенций              | ФОС, подтверждающий<br>освоение компетенции                                                                                                                                                                                              |
|----------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------|---------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                         | Осознание индивидуального<br>лимита способностей.<br>Технология формирования<br>психологической<br>стабильности спортсмена |                 |         |                                                   |                                        | № 6-10<br>Вопросы к зачету<br>№ 25-28                                                                                                                                                                                                    |
|          |                                         |                                                                                                                            |                 |         | <b>ПК-9</b>                                       | ИД-1 ПК-9<br>ИД-3 ПК-9                 | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 13-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 2<br>Вопросы к зачету<br>№ 25-28 |
|          |                                         |                                                                                                                            |                 |         | <b>ПК-13</b>                                      | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10<br>Вопросы к зачету<br>№ 25-28                                                                                                                                                                |
|          |                                         |                                                                                                                            |                 |         | <b>ПК-14</b>                                      | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 13-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Индивидуальные задания                                                                  |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                               | Содержание лекционных занятий                                                                                                                                                                                                                                                            | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций   | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                         |
|-------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         |                                          |                          | промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 25-28                                                                                                                                                          |
|       |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 13-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 25-28 |
| 2.3   | Мобилизация спортсмена на различных этапах спортивной деятельности | Готовность к соревнованиям (мобилизационная готовность). Признаки мобилизационной готовности спортсмена. Факторы, определяющие мобилизационную готовность в спорте. Формирование уверенности в своих возможностях. Предсоревновательная подготовка спортсмена. Сосредоточение спортсмена | 2            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 ОПК-6<br>ИД-3 ОПК-6 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Ситуационные задачи № 11-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1<br>Вопросы к зачету № 29-32                      |
|       |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 ПК-2                | Контрольные вопросы                                                                                                                                                                                              |



| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Содержание лекционных занятий                                                                                                                                                                                                        | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                    |
|-------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      | на старте на этапе исполнения деятельности. Мобилизация спортсмена на высокий результат. Выбор момента начала деятельности. Принцип регуляции психического напряжения как фактор выведения спортсмена на пик психической готовности. |              |         |                                          |                                        | Раздела 2<br>№ 11-15<br>Вопросы к зачету № 29-32                                                                                                                                            |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                      |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 ПК-9<br>ИД-3 ПК-9                 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Ситуационные задачи № 11-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1<br>Вопросы к зачету № 29-32 |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                      |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Вопросы к зачету № 29-32                                                                                                                           |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                      |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Ситуационные задачи № 11-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля                                 |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                                | Содержание лекционных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций   | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                                  |
|-------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |         |                                          |                          | № 1<br>Вопросы к зачету<br>№ 29-32                                                                                                                                                                                                        |
|       |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15 | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 11-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Ситуационные задачи<br>№ 11-15<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 1<br>Вопросы к зачету<br>№ 29-32                          |
| 2.4   | Психологическая коррекция негативных психических состояний в спорте | Современные научные подходы к коррекции негативных психических состояний. Понятие и виды негативных эмоциональных состояний в спорте. Место самовнушения в регуляции психического состояния. Саморегуляция психических состояний. Компоненты психической готовности (А.Ц. Пуни). Шкала самооценки соревновательной личностной тревоги (СЛТ).<br>Коррекция состояний тревоги | 2            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 ОПК-6<br>ИД-3 ОПК-6 | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 16-18<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 16-17<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 4<br>Вопросы к зачету<br>№ 33-37 |
|       |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 ПК-2                | Контрольные вопросы<br>Раздела 2                                                                                                                                                                                                          |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Содержание лекционных занятий                                                                                                                                                                                   | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                          |
|-------|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      | и страха. Состояние монотонии и коррекция состояния монотонии. Состояние психического пресыщения и коррекция состояния психического пресыщения. Использование психоформирующей тренировки для снятия утомления. |              |         |                                          |                                        | № 16-18<br>Вопросы к зачету № 33-37                                                                                                                                                                               |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                 |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 ПК-9<br>ИД-3 ПК-9                 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 16-17<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету № 33-37 |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                 |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Вопросы к зачету № 33-37                                                                                                                                                 |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                 |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 16-17<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания                                                         |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Содержание лекционных занятий | Кол-во часов | Семестр  | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций   | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                          |
|-------|--------------------------------------|-------------------------------|--------------|----------|------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      |                               |              |          |                                          |                          | промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету № 33-37                                                                                                                                                           |
|       |                                      |                               |              |          | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 16-17<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету № 33-37 |
|       | <b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>                  |                               | <b>16</b>    | <b>X</b> |                                          |                          |                                                                                                                                                                                                                   |

### 3.4. Практические занятия

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                                 | Содержание практических занятий        | Кол-во часов | Семестр  | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций   | ФОС, подтверждающий освоение компетенции |
|-------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------|----------|------------------------------------------|--------------------------|------------------------------------------|
| 1     | <b>Раздел 1. Общепсихологические аспекты спортивной деятельности</b> | <b>x</b>                               | <b>16</b>    | <b>X</b> | <b>x</b>                                 | <b>x</b>                 | <b>x</b>                                 |
| 1.1   | Характеристики психической нагрузки в                                | 1. Структура спортивной деятельности и | 4            | X        | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 ОПК-6<br>ИД-3 ОПК-6 | Контрольные вопросы Раздела 1            |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Содержание практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                          |
|-------|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | спортивной деятельности              | <p>психологические компоненты в структуре спортивной деятельности.</p> <p>2. Задачи изучения особенностей психической нагрузки.</p> <p>3. Разновидности психической нагрузки в спортивной деятельности.</p> <p>4. Факторы психической нагрузки.</p> <p>5. Влияние психической нагрузки на специальные двигательные качества спортсмена.</p> <p>6. Восстановление работоспособности спортсменов перед и после больших тренировочных и соревновательных нагрузок.</p> <p>7. Психические напряжения и перенапряжения в тренировочном процессе, его признаки.</p> <p>8. Составление психоспортграмм ПВК, лимитирующих эффективность и успешность выполнения тренировочной и</p> |              |         |                                          |                        | <p>№ 1-5</p> <p>Тестовые задания текущего контроля знаний № 1-4</p> <p>Ситуационные задачи № 1-3</p> <p>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3</p> <p>Вопросы к зачету № 1-5</p>                                      |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 ПК-2              | <p>Контрольные вопросы Раздела 1</p> <p>№ 1-5</p> <p>Вопросы к зачету № 1-5</p>                                                                                                                                                   |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 ПК-9<br>ИД-3 ПК-9 | <p>Контрольные вопросы Раздела 1</p> <p>№ 1-5</p> <p>Тестовые задания текущего контроля знаний № 1-4</p> <p>Ситуационные задачи № 1-3</p> <p>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3</p> <p>Вопросы к зачету № 1-5</p> |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13             | Контрольные вопросы                                                                                                                                                                                                               |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Содержание практических занятий | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                    |
|-------|--------------------------------------|---------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      | соревновательной деятельности.  |              |         |                                          |                                        | Раздела 1<br>№ 1-5<br>Вопросы к зачету<br>№ 1-5                                                                                                                                                                             |
|       |                                      |                                 |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 1-5<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 1-4<br>Ситуационные задачи<br>№ 1-3<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 3<br>Вопросы к зачету<br>№ 1-5 |
|       |                                      |                                 |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 1-5<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 1-4<br>Ситуационные задачи<br>№ 1-3<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 3<br>Вопросы к зачету<br>№ 1-5 |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                 | Содержание практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                        |
|-------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.2   | Практическая психодиагностика тренеров и спортсменов | <p>1. Теоретические основы психодиагностики в спорте.</p> <p>2. Психодиагностика личностных качеств спортсменов.</p> <p>3. Исследование базовых личностных качеств спортсменов и тренеров по методике «Пятифакторный опросник личности».</p> <p>4. Исследование психического благополучия спортсменов.</p> <p>5. Методика исследования жизнестойкости спортсменов как ресурса конкурентоспособности.</p> <p>6. Теоретические подходы к изучению благополучия спортсменов.</p> <p>7. Психодиагностика когнитивных способностей спортсменов.</p> <p>8. Теоретическое обоснование значения когнитивных способностей в спорте.</p> <p>9. Возможности теста-опросника «Когнитивные ошибки в спорте» для изучения когнитивных</p> | 4            | Х       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 1<br>№ 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 5-6<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 6-12 |
|       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 1<br>№ 6-10<br>Вопросы к зачету № 6-12                                                                                                                                              |
|       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 1<br>№ 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 5-6<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету        |

| №<br>п/п | Наименование раздела,<br>тем дисциплины | Содержание практических<br>занятий | Кол-во<br>часов | Семестр | Компетенция,<br>формируемая<br>по теме<br>занятия | Индикаторы<br>компетенций              | ФОС, подтверждающий<br>освоение компетенции                                                                                                                                                                                          |
|----------|-----------------------------------------|------------------------------------|-----------------|---------|---------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                         | ресурсов спортсменов.              |                 |         |                                                   |                                        | № 6-12                                                                                                                                                                                                                               |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-13</b>                                      | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 6-10<br>Вопросы к зачету<br>№ 6-12                                                                                                                                                             |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-14</b>                                      | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 6-10<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 5-6<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 2<br>Вопросы к зачету<br>№ 6-12 |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-15</b>                                      | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 6-10<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 5-6<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 2                               |



| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                                     | Содержание практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                 |
|-------|--------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         |                                          |                                                        | Вопросы к зачету № 6-12                                                                                                                                                                  |
| 1.3   | Эргономические характеристики предметной среды в спортивной деятельности | <p>1. Теоретические основы и понятия эргономичности пространства.</p> <p>2. Эргономика как научная дисциплина.</p> <p>3. Эргономичная предметная среда в спортивной деятельности.</p> <p>4. Условия реализации двигательной активности. предметной среде.</p> <p>5. Трехстадийная модель поведения человека в предметно-пространственном окружении.</p> <p>6. Проектирование оптимальной спортивной предметно-пространственной среды.</p> <p>7. Эргономичность спортивной одежды.</p> | 4            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 1 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Ситуационные задачи № 4-6<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1<br>Вопросы к зачету № 13-16 |
|       |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 1 № 11-15<br>Вопросы к зачету № 13-16                                                                                                                        |
|       |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 1 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Ситуационные задачи № 4-6<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1<br>Вопросы к зачету         |

| №<br>п/п | Наименование раздела,<br>тем дисциплины | Содержание практических<br>занятий | Кол-во<br>часов | Семестр | Компетенция,<br>формируемая<br>по теме<br>занятия | Индикаторы<br>компетенций              | ФОС, подтверждающий<br>освоение компетенции                                                                                                                                                                   |
|----------|-----------------------------------------|------------------------------------|-----------------|---------|---------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                         |                                    |                 |         |                                                   |                                        | № 13-16                                                                                                                                                                                                       |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-13</b>                                      | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 11-15<br>Вопросы к зачету<br>№ 13-16                                                                                                                                    |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-14</b>                                      | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 11-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Ситуационные задачи<br>№ 4-6<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 1<br>Вопросы к зачету<br>№ 13-16 |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-15</b>                                      | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 11-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Ситуационные задачи<br>№ 4-6<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 1<br>Вопросы к зачету<br>№ 13-16 |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                  | Содержание практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                       |
|-------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.4   | Психологическое сопровождение спортивной деятельности | <p>1. Сущность понятий психологическая помощь, психологическая поддержка, психологическое сопровождение и их характеристика.</p> <p>2. Цели, задачи и формы психологического сопровождения в спорте.</p> <p>3. Компоненты сопровождения спортсменов.</p> <p>4. Основные формы организации психологического сопровождения в спорте.</p> <p>5. Основные направления психологического сопровождения спортсменов.</p> <p>6. Условия организации эффективного психологического сопровождения.</p> | 4            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 1 № 16-20<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 7-9<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету № 17-20 |
|       |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 1 № 16-20<br>Вопросы к зачету № 17-20                                                                                                                                              |
|       |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 1 № 16-20<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 7-9<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету         |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Содержание практических занятий | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                               |
|-------|--------------------------------------|---------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      |                                 |              |         |                                          |                                        | № 17-20                                                                                                                                                                                                                                |
|       |                                      |                                 |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 16-20<br>Вопросы к зачету<br>№ 17-20                                                                                                                                                             |
|       |                                      |                                 |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 16-20<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 7-9<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 4<br>Вопросы к зачету<br>№ 17-20 |
|       |                                      |                                 |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 16-20<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 7-9<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 4                                |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                                    | Содержание практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                 |
|-------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |              |         |                                          |                                                        | Вопросы к зачету № 17-20                                                                                                                                                                                 |
| 2     | <b>Раздел 2.<br/>Психологическая практика в спортивной деятельности</b> | х                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 16           | Х       | х                                        | х                                                      | х                                                                                                                                                                                                        |
| 2.1   | Исследование и поддержание спортивной мотивации                         | 1. Мотивация спортивной деятельности.<br>2. Внешняя и внутренняя мотивация.<br>3. Классификация мотивов спортивной деятельности.<br>4. Проявление мотивации в спортивной деятельности.<br>5. Особенности мотивации на различных этапах достижения спортивного мастерства.<br>6. Методы психодиагностики мотивации.<br>7. Шкала отношения к предстоящему соревнованию (ОПС).<br>8. Повышение мотивации спортсменов. | 4            | Х       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 2 № 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 10-12<br>Ситуационные задачи № 7-10<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3<br>Вопросы к зачету № 21-24 |
|       |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 2 № 1-5<br>Вопросы к зачету № 21-24                                                                                                                                          |
|       |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 2 № 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 10-12                                                                                                                 |

| №<br>п/п | Наименование раздела,<br>тем дисциплины | Содержание практических<br>занятий | Кол-во<br>часов | Семестр | Компетенция,<br>формируемая<br>по теме<br>занятия | Индикаторы<br>компетенций              | ФОС, подтверждающий<br>освоение компетенции                                                                                                                                                                                      |
|----------|-----------------------------------------|------------------------------------|-----------------|---------|---------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                         |                                    |                 |         |                                                   |                                        | Ситуационные задачи<br>№ 7-10<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 3<br>Вопросы к зачету<br>№ 21-24                                                                                                         |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-13</b>                                      | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 1-5<br>Вопросы к зачету<br>№ 21-24                                                                                                                                                         |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-14</b>                                      | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 1-5<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 10-12<br>Ситуационные задачи<br>№ 7-10<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 3<br>Вопросы к зачету<br>№ 21-24 |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-15</b>                                      | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 1-5<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний                                                                                                                                        |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины        | Содержание практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                           |
|-------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |              |         |                                          |                                                        | № 10-12<br>Ситуационные задачи<br>№ 7-10<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля<br>№ 3<br>Вопросы к зачету<br>№ 21-24                                                                                                   |
| 2.2   | Целеполагание и постановка спортивных целей | 1. Личные целевые установки спортсменов.<br>2. Уровень притязаний.<br>3. Постановка реалистичных личных целей.<br>4. Важность постановки личных целей.<br>5. Этапы и стадии целеполагания в спорте: целеобразование, целеудержание и целереализация.<br>6. Хронология становления и достижения спортивной цели.<br>7. Влияние уровня сложности и специфичности целей на результативность в спорте.<br>8. Осознание индивидуального лимита способностей. | 4            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний<br>№ 13-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля<br>№ 2<br>Вопросы к зачету<br>№ 25-28 |
|       |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10<br>Вопросы к зачету<br>№ 25-28                                                                                                                                                          |
|       |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10<br>Тестовые задания                                                                                                                                                                     |

| №<br>п/п | Наименование раздела,<br>тем дисциплины | Содержание практических<br>занятий | Кол-во<br>часов | Семестр | Компетенция,<br>формируемая<br>по теме<br>занятия | Индикаторы<br>компетенций              | ФОС, подтверждающий<br>освоение компетенции                                                                                                                                                                                              |
|----------|-----------------------------------------|------------------------------------|-----------------|---------|---------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                         |                                    |                 |         |                                                   |                                        | текущего контроля знаний<br>№ 13-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 2<br>Вопросы к зачету<br>№ 25-28                                                                   |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-13</b>                                      | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10<br>Вопросы к зачету<br>№ 25-28                                                                                                                                                                |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-14</b>                                      | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 13-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 2<br>Вопросы к зачету<br>№ 25-28 |
|          |                                         |                                    |                 |         | <b>ПК-15</b>                                      | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10                                                                                                                                                                                               |



| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                               | Содержание практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                    |
|-------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |              |         |                                          |                                                        | Тестовые задания текущего контроля знаний № 13-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 25-28                    |
| 2.3   | Мобилизация спортсмена на различных этапах спортивной деятельности | 1. Готовность к соревнованиям (мобилизационная готовность).<br>2. Признаки мобилизационной готовности спортсмена.<br>3. Факторы, определяющие мобилизационную готовность в спорте.<br>4. Предсоревновательная подготовка спортсмена.<br>5. Сосредоточение спортсмена на старте на этапе исполнения деятельности.<br>6. Мобилизация спортсмена на высокий результат.<br>7. Принцип регуляции психического напряжения как | 4            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Ситуационные задачи № 11-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1<br>Вопросы к зачету № 29-32 |
|       |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Вопросы к зачету № 29-32                                                                                                                           |
|       |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15                                                                                                                                                       |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Содержание практических занятий                            | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                    |
|-------|--------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      | фактор выведения спортсмена на пик психической готовности. |              |         |                                          |                                        | Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Ситуационные задачи № 11-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1<br>Вопросы к зачету № 29-32                                          |
|       |                                      |                                                            |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Вопросы к зачету № 29-32                                                                                                                           |
|       |                                      |                                                            |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Ситуационные задачи № 11-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1<br>Вопросы к зачету № 29-32 |
|       |                                      |                                                            |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов)                                                                                                                          |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                                | Содержание практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                            |
|-------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |              |         |                                          |                                                        | № 16-32<br>Ситуационные задачи<br>№ 11-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля<br>№ 1<br>Вопросы к зачету<br>№ 29-32                                                                                                   |
| 2.4   | Психологическая коррекция негативных психических состояний в спорте | <p>1. Современные научные подходы к коррекции негативных психических состояний.</p> <p>2. Понятие и виды негативных эмоциональных состояний в спорте.</p> <p>3. Место самовнушения в регуляции психического состояния.</p> <p>4. Шкала самооценки соревновательной личностной тревоги (СЛТ).</p> <p>5. Коррекция состояний тревоги и страха.</p> <p>6. Состояние монотонии и коррекция состояния монотонии.</p> <p>7. Состояние психического пресыщения и коррекция состояния психического пресыщения.</p> | 4            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 16-18<br>Тестовые задания текущего контроля знаний<br>№ 16-17<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля<br>№ 4<br>Вопросы к зачету<br>№ 33-37 |
|       |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 16-18<br>Вопросы к зачету<br>№ 33-37                                                                                                                                                          |
|       |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 16-18<br>Тестовые задания                                                                                                                                                                     |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Содержание практических занятий                                    | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                          |
|-------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      | 8. Использование психоформирующей тренировки для снятия утомления. |              |         |                                          |                                        | текущего контроля знаний № 16-17<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету № 33-37                                                           |
|       |                                      |                                                                    |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Вопросы к зачету № 33-37                                                                                                                                                 |
|       |                                      |                                                                    |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 16-17<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету № 33-37 |
|       |                                      |                                                                    |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18                                                                                                                                                                             |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Содержание практических занятий | Кол-во часов | Семестр  | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                 |
|-------|--------------------------------------|---------------------------------|--------------|----------|------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      |                                 |              |          |                                          |                        | Тестовые задания текущего контроля знаний № 16-17<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету № 33-37 |
|       | <b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>                  |                                 | <b>32</b>    | <b>X</b> |                                          |                        |                                                                                                                                                                          |

### 3.5. Самостоятельная работа

| № п/п    | Наименование раздела, тем дисциплины                                 | Вид самостоятельной работы студента                                                                                                         | Кол-во часов | Семестр  | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций   | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                            |
|----------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------|------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b> | <b>Раздел 1. Общепсихологические аспекты спортивной деятельности</b> | <b>x</b>                                                                                                                                    | <b>12</b>    | <b>X</b> | <b>x</b>                                 | <b>x</b>                 | <b>x</b>                                                                                                            |
| 1.1      | Характеристики психической нагрузки в спортивной деятельности        | Выполнение тестовых заданий при подготовке к семинарским занятиям.<br><br>Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы. | 3            | X        | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 ОПК-6<br>ИД-3 ОПК-6 | Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 1-4<br>Ситуационные задачи № 1-3 |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Вид самостоятельной работы студента                                                                                                                                                | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций   | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                   |
|-------|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      | <p>Работа с учебниками и справочными материалами.</p> <p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Выполнение индивидуальных заданий (внеаудиторной СР) – заполнение учебной таблицы.</p> |              |         |                                          |                          | <p>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3</p> <p>Вопросы к зачету № 1-5</p>                                                                                                                                    |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                    |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 ПК-2                | <p>Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-5</p> <p>Вопросы к зачету № 1-5</p>                                                                                                                                                   |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                    |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 ПК-9<br>ИД-3 ПК-9   | <p>Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-5</p> <p>Тестовые задания текущего контроля знаний № 1-4</p> <p>Ситуационные задачи № 1-3</p> <p>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3</p> <p>Вопросы к зачету № 1-5</p> |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                    |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13               | <p>Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-5</p> <p>Вопросы к зачету № 1-5</p>                                                                                                                                                   |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                    |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14 | <p>Контрольные вопросы Раздела 1</p>                                                                                                                                                                                       |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                 | Вид самостоятельной работы студента                                                                            | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций   | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                            |
|-------|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                      |                                                                                                                |              |         |                                          | ИД-5 ПК-14               | № 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 1-4<br>Ситуационные задачи № 1-3<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3<br>Вопросы к зачету № 1-5                               |
|       |                                                      |                                                                                                                |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15 | Контрольные вопросы Раздела 1 № 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 1-4<br>Ситуационные задачи № 1-3<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3<br>Вопросы к зачету № 1-5 |
| 1.2   | Практическая психодиагностика тренеров и спортсменов | Подготовка устного доклада с мультимедийной презентацией.<br><br>Выполнение тестовых заданий текущего контроля | 3            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 ОПК-6<br>ИД-3 ОПК-6 | Контрольные вопросы Раздела 1 № 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 5-6                                                                                                             |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Вид самостоятельной работы студента                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                            |
|-------|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      | <p>знаний.</p> <p>Работа с конспектом лекций, учебниками, справочными материалами при подготовке к семинарскому занятию.</p> <p>Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы.</p> <p>Выполнение индивидуальных заданий (внеаудиторной СР) – составление глоссария по теме «Практическая психодиагностика тренеров и спортсменов»</p> |              |         |                                          |                        | <p>Темы рефератов (докладов) № 1-15</p> <p>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2</p> <p>Вопросы к зачету № 6-12</p>                                                                                                    |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 ПК-2              | <p>Контрольные вопросы Раздела 1 № 6-10</p> <p>Вопросы к зачету № 6-12</p>                                                                                                                                                          |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 ПК-9<br>ИД-3 ПК-9 | <p>Контрольные вопросы Раздела 1 № 6-10</p> <p>Тестовые задания текущего контроля знаний № 5-6</p> <p>Темы рефератов (докладов) № 1-15</p> <p>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2</p> <p>Вопросы к зачету № 6-12</p> |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13             | <p>Контрольные вопросы Раздела 1 № 6-10</p> <p>Вопросы к зачету № 6-12</p>                                                                                                                                                          |



| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                        | Вид самостоятельной работы студента                                               | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                        |
|-------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                             |                                                                                   |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы Раздела 1<br>№ 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 5-6<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 6-12 |
|       |                                                             |                                                                                   |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы Раздела 1<br>№ 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 5-6<br>Темы рефератов (докладов) № 1-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 6-12 |
| 1.3   | Эргономические характеристики предметной среды в спортивной | Подготовка реферата.<br><br>Изучение и конспектирование основной и дополнительной | 3            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 ОПК-6<br>ИД-3 ОПК-6               | Контрольные вопросы Раздела 1<br>№ 11-15<br>Темы рефератов (докладов)                                                                                                                                           |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Вид самостоятельной работы студента                                                                                                                                                                                                                    | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                    |
|-------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | деятельности                         | <p>литературы.</p> <p>Работа с учебниками и справочными материалами.</p> <p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Выполнение индивидуальных заданий (внеаудиторной СР) – подготовить аннотацию на статью по актуальным вопросам Спортивной психологии</p> |              |         |                                          |                        | <p>№ 1-15<br/>Ситуационные задачи<br/>№ 4-6<br/>Индивидуальные задания промежуточного контроля<br/>№ 1<br/>Вопросы к зачету<br/>№ 13-16</p>                                                                                 |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                        |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 ПК-2              | <p>Контрольные вопросы<br/>Раздела 1<br/>№ 11-15<br/>Вопросы к зачету<br/>№ 13-16</p>                                                                                                                                       |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                        |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 ПК-9<br>ИД-3 ПК-9 | <p>Контрольные вопросы<br/>Раздела 1<br/>№ 11-15<br/>Темы рефератов (докладов)<br/>№ 1-15<br/>Ситуационные задачи<br/>№ 4-6<br/>Индивидуальные задания промежуточного контроля<br/>№ 1<br/>Вопросы к зачету<br/>№ 13-16</p> |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                        |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13             | <p>Контрольные вопросы<br/>Раздела 1<br/>№ 11-15<br/>Вопросы к зачету<br/>№ 13-16</p>                                                                                                                                       |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                  | Вид самостоятельной работы студента                                                      | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                      |
|-------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                       |                                                                                          |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 11-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Ситуационные задачи<br>№ 4-6<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 1<br>Вопросы к зачету<br>№ 13-16 |
|       |                                                       |                                                                                          |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 11-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Ситуационные задачи<br>№ 4-6<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 1<br>Вопросы к зачету<br>№ 13-16 |
| 1.4   | Психологическое сопровождение спортивной деятельности | Подготовка устного доклада.<br><br>Выполнение тестовых заданий текущего контроля знаний. | 3            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 ОПК-6<br>ИД-3 ОПК-6               | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 16-20<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 7-9                                                                                                          |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Вид самостоятельной работы студента                                                                                                                                                                                                                                                   | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                              |
|-------|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      | <p>Работа с конспектом лекций, учебниками, справочными материалами при подготовке к семинарскому занятию.</p> <p>Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы.</p> <p>Выполнение индивидуальных заданий (внеаудиторной СР) – написание эссе на заданную тему.</p> |              |         |                                          |                        | <p>Темы рефератов (докладов) № 1-15</p> <p>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4</p> <p>Вопросы к зачету № 17-20</p>                                                                                                     |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 ПК-2              | <p>Контрольные вопросы Раздела 1 № 16-20</p> <p>Вопросы к зачету № 17-20</p>                                                                                                                                                          |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 ПК-9<br>ИД-3 ПК-9 | <p>Контрольные вопросы Раздела 1 № 16-20</p> <p>Тестовые задания текущего контроля знаний № 7-9</p> <p>Темы рефератов (докладов) № 1-15</p> <p>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4</p> <p>Вопросы к зачету № 17-20</p> |
|       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13             | <p>Контрольные вопросы Раздела 1 № 16-20</p> <p>Вопросы к зачету № 17-20</p>                                                                                                                                                          |

| № п/п    | Наименование раздела, тем дисциплины                                            | Вид самостоятельной работы студента | Кол-во часов | Семестр  | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                               |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------|----------|------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                                                                 |                                     |              |          | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 16-20<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 7-9<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 4<br>Вопросы к зачету<br>№ 17-20 |
|          |                                                                                 |                                     |              |          | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 1<br>№ 16-20<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 7-9<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 1-15<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 4<br>Вопросы к зачету<br>№ 17-20 |
| <b>2</b> | <b>Раздел 2.<br/>Психологическая<br/>практика в спортивной<br/>деятельности</b> | <b>x</b>                            | <b>12</b>    | <b>X</b> | <b>x</b>                                 | <b>x</b>                               | <b>x</b>                                                                                                                                                                                                                               |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины            | Вид самостоятельной работы студента                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                    |
|-------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2.1   | Исследование и поддержание спортивной мотивации | <p>Выполнение тестовых заданий при подготовке к семинарским занятиям.</p> <p>Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы.</p> <p>Работа с учебниками и справочными материалами.</p> <p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Выполнение индивидуальных заданий (внеаудиторной СР) – заполнение учебной таблицы.</p> | 3            | X       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 2<br>№ 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 10-12<br>Ситуационные задачи № 7-10<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3<br>Вопросы к зачету № 21-24 |
|       |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 2<br>№ 1-5<br>Вопросы к зачету № 21-24                                                                                                                                          |
|       |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 2<br>№ 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 10-12<br>Ситуационные задачи № 7-10<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 3<br>Вопросы к зачету         |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Вид самостоятельной работы студента | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                |
|-------|--------------------------------------|-------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      |                                     |              |         |                                          |                                        | № 21-24                                                                                                                                                                                                                 |
|       |                                      |                                     |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы Раздела 2<br>№ 1-5<br>Вопросы к зачету<br>№ 21-24                                                                                                                                                   |
|       |                                      |                                     |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы Раздела 2<br>№ 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний<br>№ 10-12<br>Ситуационные задачи<br>№ 7-10<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля<br>№ 3<br>Вопросы к зачету<br>№ 21-24 |
|       |                                      |                                     |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы Раздела 2<br>№ 1-5<br>Тестовые задания текущего контроля знаний<br>№ 10-12<br>Ситуационные задачи<br>№ 7-10<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля<br>№ 3                                |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины        | Вид самостоятельной работы студента                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                         |
|-------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |              |         |                                          |                                                        | Вопросы к зачету № 21-24                                                                                                                                                                                         |
| 2.2   | Целеполагание и постановка спортивных целей | <p>Подготовка устного доклада с мультимедийной презентацией.</p> <p>Выполнение тестовых заданий текущего контроля знаний.</p> <p>Работа с конспектом лекций, учебниками, справочными материалами при подготовке к семинарскому занятию.</p> <p>Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы.</p> <p>Выполнение индивидуальных заданий (внеаудиторной СР) – составление глоссария по теме «Целеполагание и постановка спортивных целей»</p> | 3            | Х       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 2 № 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 13-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 25-28 |
|       |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 2 № 6-10<br>Вопросы к зачету № 25-28                                                                                                                                                 |
|       |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 2 № 6-10<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 13-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля                                 |



| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Вид самостоятельной работы студента | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                                                 |
|-------|--------------------------------------|-------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      |                                     |              |         |                                          |                                        | № 2<br>Вопросы к зачету<br>№ 25-28                                                                                                                                                                                                       |
|       |                                      |                                     |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10<br>Вопросы к зачету<br>№ 25-28                                                                                                                                                                |
|       |                                      |                                     |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 13-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 2<br>Вопросы к зачету<br>№ 25-28 |
|       |                                      |                                     |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 6-10<br>Тестовые задания<br>текущего контроля знаний<br>№ 13-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Индивидуальные задания                                                                  |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                               | Вид самостоятельной работы студента                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                    |
|-------|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         |                                          |                                                        | промежуточного контроля № 2<br>Вопросы к зачету № 25-28                                                                                                                                     |
| 2.3   | Мобилизация спортсмена на различных этапах спортивной деятельности | <p>Подготовка реферата.</p> <p>Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы.</p> <p>Работа с учебниками и справочными материалами.</p> <p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Выполнение индивидуальных заданий (внеаудиторной СР) – подготовить аннотацию на статью по актуальным вопросам Спортивной психологии</p> | 3            | Х       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Ситуационные задачи № 11-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 1<br>Вопросы к зачету № 29-32 |
|       |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Вопросы к зачету № 29-32                                                                                                                           |
|       |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 2 № 11-15<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Ситуационные задачи № 11-15<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля                                 |

| №<br>п/п | Наименование раздела,<br>тем дисциплины | Вид самостоятельной<br>работы студента | Кол-во<br>часов | Семестр | Компетенция,<br>формируемая<br>по теме<br>занятия | Индикаторы<br>компетенций              | ФОС, подтверждающий<br>освоение компетенции                                                                                                                                                                      |
|----------|-----------------------------------------|----------------------------------------|-----------------|---------|---------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          |                                         |                                        |                 |         |                                                   |                                        | № 1<br>Вопросы к зачету<br>№ 29-32                                                                                                                                                                               |
|          |                                         |                                        |                 |         | <b>ПК-13</b>                                      | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 11-15<br>Вопросы к зачету<br>№ 29-32                                                                                                                                       |
|          |                                         |                                        |                 |         | <b>ПК-14</b>                                      | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 11-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Ситуационные задачи<br>№ 11-15<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 1<br>Вопросы к зачету<br>№ 29-32 |
|          |                                         |                                        |                 |         | <b>ПК-15</b>                                      | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы<br>Раздела 2<br>№ 11-15<br>Темы рефератов (докладов)<br>№ 16-32<br>Ситуационные задачи<br>№ 11-15<br>Индивидуальные задания<br>промежуточного контроля<br>№ 1                                |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины                                | Вид самостоятельной работы студента                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                          |
|-------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         |                                          |                                                        | Вопросы к зачету № 29-32                                                                                                                                                                                          |
| 2.4   | Психологическая коррекция негативных психических состояний в спорте | <p>Подготовка устного доклада.</p> <p>Выполнение тестовых заданий текущего контроля знаний.</p> <p>Работа с конспектом лекций, учебниками, справочными материалами при подготовке к семинарскому занятию.</p> <p>Изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы.</p> <p>Выполнение индивидуальных заданий (внеаудиторной СР) – написание эссе на заданную тему.</p> | 3            | Х       | <b>ОПК-6</b>                             | ИД-1 <small>ОПК-6</small><br>ИД-3 <small>ОПК-6</small> | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 16-17<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету № 33-37 |
|       |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         | <b>ПК-2</b>                              | ИД-6 <small>ПК-2</small>                               | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Вопросы к зачету № 33-37                                                                                                                                                 |
|       |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |              |         | <b>ПК-9</b>                              | ИД-1 <small>ПК-9</small><br>ИД-3 <small>ПК-9</small>   | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 16-17<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля                                 |

| № п/п | Наименование раздела, тем дисциплины | Вид самостоятельной работы студента | Кол-во часов | Семестр | Компетенция, формируемая по теме занятия | Индикаторы компетенций                 | ФОС, подтверждающий освоение компетенции                                                                                                                                                                          |
|-------|--------------------------------------|-------------------------------------|--------------|---------|------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |                                      |                                     |              |         |                                          |                                        | № 4<br>Вопросы к зачету № 33-37                                                                                                                                                                                   |
|       |                                      |                                     |              |         | <b>ПК-13</b>                             | ИД-2 ПК-13                             | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Вопросы к зачету № 33-37                                                                                                                                                 |
|       |                                      |                                     |              |         | <b>ПК-14</b>                             | ИД-2 ПК-14<br>ИД-4 ПК-14<br>ИД-5 ПК-14 | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 16-17<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания промежуточного контроля № 4<br>Вопросы к зачету № 33-37 |
|       |                                      |                                     |              |         | <b>ПК-15</b>                             | ИД-2 ПК-15<br>ИД-4 ПК-15               | Контрольные вопросы Раздела 2 № 16-18<br>Тестовые задания текущего контроля знаний № 16-17<br>Темы рефератов (докладов) № 16-32<br>Индивидуальные задания                                                         |

| №<br>п/п | Наименование раздела,<br>тем дисциплины | Вид самостоятельной<br>работы студента | Кол-во<br>часов | Семестр  | Компетенция,<br>формируемая<br>по теме<br>занятия | Индикаторы<br>компетенций | ФОС, подтверждающий<br>освоение компетенции                   |
|----------|-----------------------------------------|----------------------------------------|-----------------|----------|---------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------|
|          |                                         |                                        |                 |          |                                                   |                           | промежуточного контроля<br>№ 4<br>Вопросы к зачету<br>№ 33-37 |
|          | <b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>                     |                                        | <b>24</b>       | <b>X</b> |                                                   |                           |                                                               |



## **4. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

### **4.1. Виды образовательных технологий**

Изучение дисциплины **Спецпрактикум «Психологические методы работы спортивного психолога»** проводится в виде аудиторных занятий (лекций, практических занятий) и самостоятельной работы студентов. Все перечисленные виды организации учебной работы обучающихся реализуются с помощью современных образовательных технологий, в том числе с использованием инновационных методов обучения. Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы по дисциплине и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение. Каждый обучающийся обеспечивается доступом к библиотечным фондам ВУЗа и доступом к сети Интернет (через библиотеку).

**Лекционные занятия** носят проблемный характер и отражают профиль подготовки обучающихся. На лекциях излагаются основные теоретические положения по изучаемым разделам дисциплины. Лекция дает систематизированные основы научных знаний по дисциплине; раскрывает состояние и перспективы развития соответствующей области науки; концентрирует внимание обучающихся на наиболее сложных, узловых вопросах. Лекция призвана стимулировать активную познавательную деятельность обучающихся, способствовать формированию активного творческого мышления и навыков клинического мышления. Лекция-визуализация предполагает создание проблемной ситуации, разрешение которой в отличие от проблемной лекции, где используются вопросы, происходит на основе анализа, синтеза, обобщения, свертывания или развертывания информации. Во время лекций поддерживается интерактивное взаимодействие преподавателя с обучающимися посредством диалога, письменных заданий, визуализации обучающимися проблем, обсуждаемых в процессе занятия.

Лекции проводятся в лекционном зале Санитарно-гигиенического корпуса КемГМУ. Все лекции подготовлены с использованием программы Microsoft Power Point и читаются с использованием мультимедийного сопровождения. Содержание лекций дисциплины **Спецпрактикум «Психологические методы работы спортивного психолога»** обсуждается и утверждается на заседании методической секции кафедры психиатрии, наркологии и медицинской психологии. Лекции хранятся на электронных носителях в учебно-методическом кабинете кафедры и могут быть дополнены и обновлены.

**Практические занятия** проводятся в учебных аудиториях кафедры в Санитарно-гигиеническом корпусе КемГМУ по всем темам дисциплины с помощью современных образовательных технологий, в том числе с использованием интерактивных методов обучения: метода эвристической беседы и дискуссии, обсуждения рефератов и/или устных докладов обучающихся, индивидуального и коллективного опроса, проведения «круглых столов», деловых игр и др.

Цель практического занятия: углубление и закрепление у обучающихся теоретических знаний, полученных на лекциях и в процессе внеаудиторной самостоятельной работы. В рамках проведения практических занятий применяются информационно-коммуникационные технологии, инновационные методы обучения. По наиболее сложным темам дисциплины обучающиеся готовят рефераты, устные доклады и решают ситуационные задачи. Решая задачи, обучаемые отрабатывают различные действия по применению соответствующих психологических знаний. На практическом занятии студент может получить информацию из архива кафедры, записанную на электронном носителе (или ссылку на литературу) и использовать ее для самостоятельной работы. Визуализированные и обычные тестовые задания в виде файла в формате MS Word, выдаются преподавателем для самоконтроля и самостоятельной подготовки студента к занятию.



### **В образовательном процессе на кафедре используются:**

1. **Информационные технологии** – обучение в электронной образовательной среде с целью расширения доступа к образовательным ресурсам, объективного контроля и мониторинга знаний обучающихся: тестирование.

2. **Case-study** – техника обучения, использующая описание реальных социальных и коммуникативных ситуаций. Обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них. Кейсы базируются на реальном фактическом материале или же приближены к реальной ситуации.

3. **Контекстное обучение** – это обучение, в котором динамически моделируется предметное и социальное содержание профессионального труда клинического психолога, тем самым обеспечиваются условия трансформации учебной деятельности обучающегося в профессиональную деятельность специалиста.

4. **Опережающая самостоятельная работа** – изучение обучающимися нового материала до его изучения в ходе аудиторных занятий.

5. **«Круглый стол»** – это метод активного обучения, одна из организационных форм познавательной деятельности обучающихся, позволяющая закрепить полученные ранее знания, восполнить недостающую информацию, сформировать умения решать проблемы, укрепить позиции, научить культуре ведения дискуссии. Характерной чертой «круглого стола» является сочетание тематической дискуссии с групповой консультацией.

6. **Междисциплинарное обучение** – использование знаний из разных областей, их группировка и концентрация в контексте решаемой задачи, например, объяснение принципов и методов психологии, полученных при изучении иных дисциплин при обучении по основной образовательной программе высшего образования по специальности.

### **4.2. Занятия, проводимые в интерактивной форме**

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, фактически составляет 20 % от аудиторных занятий, т.е. 10 часов.

| <b>№ п/п</b> | <b>Наименование раздела дисциплины</b>                                   | <b>Вид учебных занятий</b> | <b>Кол-во час</b> | <b>Методы интерактивного обучения</b>              | <b>Кол-во час</b> |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------|----------------------------------------------------|-------------------|
| <b>1</b>     | <b>Раздел 1. Общепсихологические аспекты спортивной деятельности</b>     | <b>ЛЗ, СЗ</b>              | <b>6</b>          |                                                    | <b>6</b>          |
| 1.1          | Характеристики психической нагрузки в спортивной деятельности            | ЛЗ, СЗ                     | 2                 | Междисциплинарное обучение<br>Контекстное обучение | 2                 |
| 1.2          | Практическая психодиагностика тренеров и спортсменов                     | СЗ                         | 1                 | Опережающая самостоятельная работа                 | 1                 |
| 1.3          | Эргономические характеристики предметной среды в спортивной деятельности | СЗ                         | 1                 | Информационные технологии                          | 1                 |
| 1.4          | Психологическое сопровождение спортивной деятельности                    | СЗ                         | 2                 | Контекстное обучение<br>Case-study                 | 2                 |
| <b>2</b>     | <b>Раздел 2. Психологическая</b>                                         | <b>ЛЗ, СЗ</b>              | <b>4</b>          |                                                    | <b>4</b>          |

| № п/п | Наименование раздела дисциплины                                     | Вид учебных занятий | Кол-во час | Методы интерактивного обучения      | Кол-во час |
|-------|---------------------------------------------------------------------|---------------------|------------|-------------------------------------|------------|
|       | <b>практика в спортивной деятельности</b>                           |                     |            |                                     |            |
| 2.1   | Исследование и поддержание спортивной мотивации                     | ЛЗ                  | 1          | Междисциплинарное обучение          | 1          |
| 2.2   | Целеполагание и постановка спортивных целей                         | СЗ                  | 1          | Опережающая самостоятельная работа  | 1          |
| 2.3   | Мобилизация спортсмена на различных этапах спортивной деятельности  | СЗ                  | 1          | Информационные технологии           | 1          |
| 2.4   | Психологическая коррекция негативных психических состояний в спорте | СЗ                  | 1          | Контекстное обучение «Круглый стол» | 1          |
|       | <b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>                                                 |                     | <b>10</b>  |                                     | <b>10</b>  |

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Контрольно-диагностические материалы

Пояснительная записка по процедуре проведения итоговой формы контроля, отражающая все требования, предъявляемые к студенту («Положение о системе контроля качества обучения»).

#### 5.1.1. Список вопросов для подготовки к зачёту (в полном объёме):

1. Структура спортивной деятельности и психологические компоненты в структуре спортивной деятельности.
2. Разновидности психической нагрузки в спортивной деятельности.
3. Факторы психической нагрузки в спорте.
4. Психические напряжения и перенапряжения в тренировочном процессе, его признаки.
5. Влияние психической нагрузки на специальные двигательные качества спортсмена.
6. Теоретические основы психодиагностики в спорте.
7. Психодиагностика личностных качеств спортсменов.
8. Исследование базовых личностных качеств спортсменов и тренеров по методике «Пятифакторный опросник личности».
9. Исследование психического благополучия спортсменов.
10. Методика исследования жизнестойкости спортсменов как ресурса конкурентоспособности.
11. Психодиагностика когнитивных способностей спортсменов.
12. Возможности теста-опросника «Когнитивные ошибки в спорте» для изучения когнитивных ресурсов спортсменов.
13. Теоретические основы и понятия эргономичности пространства.
14. Эргономика как научная дисциплина.
15. Эргономичная предметная среда в спортивной деятельности.
16. Эргономичность спортивной одежды.
17. Сущность понятий психологическая помощь, психологическая поддержка, психологическое сопровождение и их характеристика.
18. Цели, задачи и формы психологического сопровождения в спорте.
19. Основные формы организации психологического сопровождения в спорте.
20. Основные направления психологического сопровождения спортсменов.
21. Мотивация спортивной деятельности.

22. Классификация мотивов спортивной деятельности.
23. Особенности мотивации на различных этапах достижения спортивного мастерства.
24. Методы психодиагностики мотивации.
25. Личные целевые установки спортсменов.
26. Постановка реалистичных личных целей. Важность постановки личных целей.
27. Этапы и стадии целеполагания в спорте: целеобразование, целеудержание и целереализация.
28. Осознание индивидуального лимита способностей.
29. Готовность к соревнованиям (мобилизационная готовность).
30. Признаки мобилизационной готовности спортсмена.
31. Факторы, определяющие мобилизационную готовность в спорте.
32. Принцип регуляции психического напряжения как фактор выведения спортсмена на пик психической готовности.
33. Понятие и виды негативных эмоциональных состояний в спорте.
34. Место самовнушения в регуляции психического состояния.
35. Состояние монотонии и коррекция состояния монотонии.
36. Состояние психического пресыщения и коррекция состояния психического пресыщения.
37. Использование психоформирующей тренировки для снятия утомления.

#### **5.1.2. Тестовые задания предварительного контроля (2-3 примера):**

1) Форма целенаправленной внутренней и внешней энергичности, связанной с интересами, психологической направленностью спортсмена и проявляющаяся как в психофизиологических процессах, так и в двигательных действиях:

1. активность спортсмена;
2. мотивация спортсмена;

#### **3. деятельность спортсмена;**

4. подвижность спортсмена.

2) Одним из современных исследователей двигательных способностей спортсмена является В. И. Лях. Результаты исследований позволили ему различать несколько групп двигательных способностей. Укажите их:

1. актуальные двигательные способности;
2. потенциальные двигательные способности;
3. специальные двигательные способности;
4. общие двигательные способности;

#### **5. все ответы верны.**

3) Укажите, кем из нижеперечисленных известных людей, было впервые применено понятие «психология спорта»:

1. П.Ф. Лесгафт;
- 2. Пьер де Кубертен;**
3. З. Фрейд;
4. П. Нечаев.

#### **5.1.3. Тестовые задания текущего контроля (2-3 примера):**

1) В спортивной психологии выделяют три вида эмоциональных состояний спортсменов, укажите их:

- 1. боевая готовность;**
2. абсолютное спокойствие;
- 3. предстартовая лихорадка;**
- 4. предстартовая апатия.**

2) Укажите, в каком году по инициативе Итальянской федерации спортивной медицины в Риме был организован первый конгресс по психологии спорта?

**1. 1965;**

2. 1933;

3. 2020;

4. 1956.

3) Как называется высший уровень психической регуляции поведения и деятельности, являющийся разновидностью произвольной саморегуляции:

1. сознание;

2. бессознательное;

**3. воля;**

4. психика.

**Тестовые задания промежуточного контроля (2-3 примера):**

1) Среди нижеперечисленных ученых, укажите имя того ученого, кто является основоположником исследований человеческих способностей:

1. Б.М. Теплов;

2. С.Л. Рубинштейн;

3. Л.С. Выготский;

**4. Ф. Гальтон.**

2) Совокупность качеств личности, отвечающая объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающая успешное ее выполнение – это ...

1. знания;

**2. способности;**

3. умения;

4. навыки.

3) Дословный перевод этого термина означает расстройство (планов), крушение (замыслов, надежд). Оно возникает у спортсмена в ситуации неоправдавшихся ожиданий успеха:

1. разочарование;

**2. фрустрация;**

3. рефлексия;

4. подавленность.

**5.1.4. Ситуационные задачи (2-3 примера):**

**Задача № 1.** Группа юных хоккеистов занимается вторую неделю. Ребята только приступили к тренировкам, познакомились друг с другом и тренером. Какие шаги следует предпринять психологу команды на начальных этапах работы для эффективного вхождения ребят в спортивную деятельность?

**Эталон ответа к задаче № 1**

Создание устойчивого интереса к занятиям данным видом спорта. Создание оптимального психологического климата в группе. Создание определенной технико-физической базы для дальнейшей эффективной работы на следующих этапах подготовки. Формирование необходимых психологических качеств соответственно их возрастным возможностям (самостоятельность, настойчивость, способность к преодолению физических трудностей, выполнение режима тренировок и самостоятельных занятий, адекватность самооценок, оптимальный уровень притязания). Включение тренера в решение проблем и трудностей юных спортсменов.

**Задача № 2.** Канадский ученый предложил еще один способ психической саморегуляции: сочетание дыхания с напряжением и расслаблением мышц. Делая задержку вдоха на фоне

напряжения мышц, а затем спокойный выдох, сопровождаемый расслаблением мышц, можно снять чрезмерное волнение. Укажите имя автора этого способа и обозначьте основную идею метода.

### **Эталон ответа к задаче № 2**

Л. Персиваль; в своем методе объединил два способа саморегуляции: дыхательные упражнения и прогрессивную релаксацию. Предложенные Л. Персивалем упражнения, рефлекторным путем способствуют улучшению расслабления всего тела.

#### **5.1.5. Список тем рефератов и докладов (в полном объеме):**

1. Психодиагностика личности спортсмена.
2. Методы исследования психических процессов у спортсменов.
3. Методы измерения двигательного (психомоторного) уровня состояния спортсмена.
4. Методы диагностики психических состояний в спорте.
5. Психологические методы работы спортивной психологии.
6. Методика «Способность самоуправления Н.М. Пейсахова.
7. Методика «Диагностика личности на мотивацию к успеху Т. Элерса».
8. Исследование волевой саморегуляции А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана.
9. Индивидуальный стиль деятельности спортсмена.
10. Основные методы поддержания целеустремленности по Е.П. Ильину.
11. Методы регуляции неблагоприятных психических состояний спортивной деятельности.
12. Психотехнологии в детско-юношеском спорте.
13. Психокоррекция в спортивной психологии.
14. Возможности психологических методов сопровождения спортсменов.
15. Психопрофилактика в спортивной психологии.
16. Использование теста А. Мехрабиана (ТМД), адаптированный М. Ш. Магомед-Эминовым на диагностику мотива стремления к успеху и мотива избегания неудачи в спортивной психологии.
17. Понятие «психическая надежность» спортсмена.
18. Факторы, определяющие надежность деятельности спортсмена.
19. Спортивная деятельность как ведущий вид деятельности.
20. Структура спортивной деятельности.
21. Предстартовая тревожность спортсмена.
22. Сила воли в спорте высоких достижений.
23. Уровень притязаний спортсмена и механизмы повышения спортивной мотивации.
24. Развитие силы воли в спорте.
25. Методы исследования эмоционально-волевой сферы спортсменов.
26. Эффективность применения опросника волевого самоконтроля (ВСК) в спорте.
27. Принципы личностного обследования спортсменов.
28. Специфика мотивов личности в спорте.
29. Структура личности спортсмена по типологии А.Г. Ковалева.
30. Условия формирования мотивационной сферы юных спортсменов.
31. Значение психорегуляции в подготовке спортсменов.
32. Технологии использования средств и методов психорегуляции в процессе соревнований.

#### **5.2. Критерии оценок по дисциплине**

| Характеристика ответа                                          | Оценка ECTS | Баллы в РС | Оценка итоговая |
|----------------------------------------------------------------|-------------|------------|-----------------|
| Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана | A -B        | 100-91     | 5               |

| Характеристика ответа                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Оценка ECTS | Баллы в РС | Оценка итоговая                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|----------------------------------------------------------------|
| совокупность осознанных знаний по дисциплине, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Знания об объекте демонстрируются на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные студентом самостоятельно. |             |            |                                                                |
| Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, доказательно раскрыты основные положения темы; в ответе прослеживается четкая структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. В ответе допущены недочеты, исправленные студентом с помощью преподавателя.                                                                                                                                                          | C-D         | 90-81      | 4                                                              |
| Дан недостаточно полный и недостаточно развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Студент не способен самостоятельно выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Студент может конкретизировать обобщенные знания, доказав на примерах их основные положения только с помощью преподавателя. Речевое оформление требует поправок, коррекции.                                                        | E           | 80-71      | 3                                                              |
| Дан неполный ответ, логика и последовательность изложения имеют существенные нарушения. Допущены грубые ошибки при определении сущности раскрываемых понятий, теорий, явлений, вследствие непонимания студентом их существенных и несущественных признаков и связей. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть конкретные проявления обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции.                                                                                                            | Fx- F       | < 70       | 2<br>Требуется передача/<br>повторное<br>изучение<br>материала |

### 5.3. Оценочные средства, рекомендуемые для включения в фонд оценочных средств итоговой государственной аттестации (ГИА)

| Осваиваемые компетенции (индекс компетенции) | Тестовое задание                                                                                                                                                                   | Ответ на тестовое задание |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| <b>ОПК-6</b>                                 | Укажите, кем из нижеперечисленных известных людей, было впервые применено понятие «психология спорта»:<br>1. П.Ф. Лесгафт;<br>2. Пьер де Кубертен;<br>3. З. Фрейд;<br>4. П. Нечаев | <b>2</b>                  |
| <b>ПК-2</b>                                  | Среди нижеперечисленных ученых, укажите                                                                                                                                            | <b>4</b>                  |

| Осваиваемые компетенции (индекс компетенции) | Тестовое задание                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Ответ на тестовое задание |
|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|                                              | <p>имя того ученого, кто является основоположником исследований человеческих способностей:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Б.М. Теплов;</li> <li>2. С.Л. Рубинштейн;</li> <li>3. Л.С. Выготский;</li> <li>4. Ф. Гальтон</li> </ol>                                                                               |                           |
| <b>ПК-9</b>                                  | <p>Совокупность качеств личности, отвечающая объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающая успешное ее выполнение – это ...</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. знания;</li> <li><b>2. способности;</b></li> <li>3. умения;</li> <li>4. навыки</li> </ol>                          | <b>2</b>                  |
| <b>ПК-13</b>                                 | <p>Дословный перевод этого термина означает расстройство (планов), крушение (замыслов, надежд). Оно возникает у спортсмена в ситуации неоправдавшихся ожиданий успеха:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. разочарование;</li> <li><b>2. фрустрация;</b></li> <li>3. рефлексия;</li> <li>4. подавленность</li> </ol> | <b>2</b>                  |
| <b>ПК-14</b>                                 | <p>В спортивной психологии выделяют три вида эмоциональных состояний спортсменов, укажите их:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. боевая готовность;</li> <li>2. абсолютное спокойствие;</li> <li>3. предстартовая лихорадка;</li> <li>4. предстартовая апатия.</li> </ol>                                           | <b>1, 3, 4</b>            |
| <b>ПК-15</b>                                 | <p>Совокупность качеств личности, отвечающая объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающая успешное ее выполнение – это ...</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. знания;</li> <li>2. способности;</li> <li>3. умения;</li> <li>4. навыки</li> </ol>                                 | <b>2</b>                  |

## 6. ИНФОРМАЦИОННОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Информационное обеспечение дисциплины

| № п/п    | Наименование и краткая характеристика библиотечно-информационных ресурсов и средств обеспечения образовательного процесса, в том числе электронно-библиотечных систем (ЭБС) и электронных образовательных ресурсов (электронных изданий и информационных баз данных) | Количество экземпляров, точек доступа |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| <b>1</b> | <b>ЭБС:</b>                                                                                                                                                                                                                                                          |                                       |

|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                              |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.1      | База данных «Электронная библиотечная система «Медицинская библиотека «MEDLIB.RU» (ЭБС «MEDLIB.RU»): сайт / ООО «Медицинское информационное агентство». - Москва, 2016 - 2031. - URL: <a href="https://www.medlib.ru">https://www.medlib.ru</a> . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст: электронный. | по контракту № 1212Б21, срок оказания услуги 01.01.2022–31.12.2022                                           |
| 1.2      | Электронная библиотека КемГМУ (Свидетельство о государственной регистрации базы данных № 2017621006 от 06.09. 2017 г.). - Кемерово, 2017. -. - URL: <a href="http://www.moodle.kemsma.ru">http://www.moodle.kemsma.ru</a> . – Режим доступа: по логину и паролю. - Текст : электронный.                                                                  | Свидетельств о о государственн ой регистрации базы данных № 2017621006, срок оказания услуги неограниченн ый |
| 1.3      | Информационно-справочная система «КОДЕКС» с базой данных № 89781 «Медицина и здравоохранение» : сайт / ООО «ГК «Кодекс». - СПб., 2016 - . - URL: <a href="http://kod.kodeks.ru/docs/">http://kod.kodeks.ru/docs/</a> . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину YCVCC01 и паролю p32696. - Текст : электронный.            | по контракту № 0512Б21, срок оказания услуги 01.01.2022 – 31.12.2022                                         |
| 1.4      | Справочная Правовая Система КонсультантПлюс : сайт / ООО «Компания ЛАД-ДВА». - Москва, 1991 - . - URL: <a href="http://www.consultant.ru">http://www.consultant.ru</a> . - Режим доступа: лицензионный доступ по локальной сети университета. - Текст : электронный.                                                                                     | по контракту № 3112Б21, срок оказания услуги 01.01.22 – 31.12.22                                             |
| 1.5      | База данных «Электронно-библиотечная система ЛАНЬ» : сайт / ООО «Издательство ЛАНЬ». - СПб., 2017 - . - URL: <a href="http://www.e.lanbook.com">http://www.e.lanbook.com</a> . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. - Текст : электронный.                                                                   | по лицензионном у контракту № 2912Б21, срок оказания услуги 31.12.2021–30.12.2022                            |
| 1.6      | «Образовательная платформа ЮРАЙТ» : сайт / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» . - Москва, 2013 - . - URL: <a href="http://www.biblio-online.ru">http://www.biblio-online.ru</a> . - Режим доступа: по IP-адресу университета, удаленный доступ по логину и паролю. – Текст : электронный.                                                              | по лицензионном у контракту № 1411Б21, срок оказания услуги 25.11.2021 – 31.12.2022                          |
| <b>2</b> | <b>Интернет-ресурсы:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                              |
| 2.1      | Мир психологии - <a href="http://psychology.net.ru">http://psychology.net.ru</a>                                                                                                                                                                                                                                                                         | Неограниченн ый доступ                                                                                       |
| 2.2      | Психологическая библиотека - <a href="http://www.zipsites.ru/psy/psylib">http://www.zipsites.ru/psy/psylib</a>                                                                                                                                                                                                                                           | Неограниченн ый доступ                                                                                       |
| 2.3      | Портал психологических изданий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Неограниченн                                                                                                 |



|          |                                                                                                                     |                          |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
|          | <a href="https://psyjournals.ru/">https://psyjournals.ru/</a>                                                       | ый доступ                |
| 2.4      | Вопросы психологии: <a href="http://www.voppsy.ru/">http://www.voppsy.ru/</a>                                       | Неограничен<br>ый доступ |
| 2.5      | Страна Психология<br><a href="http://psyhelp.rodim.ru/site/index.html">http://psyhelp.rodim.ru/site/index.html</a>  | Неограничен<br>ый доступ |
| <b>3</b> | <b>Компьютерные презентации:</b>                                                                                    |                          |
| 3.1      | Образовательный портал на официальном сайте КемГМУ<br><a href="http://moodle.kemsma.ru">http://moodle.kemsma.ru</a> | Неограничен<br>ый доступ |
| <b>4</b> | <b>Электронные версии конспектов лекций:</b>                                                                        |                          |
| 4.1      | Образовательный портал на официальном сайте КемГМУ<br><a href="http://moodle.kemsma.ru">http://moodle.kemsma.ru</a> | Неограничен<br>ый доступ |
| <b>5</b> | <b>Учебные фильмы:</b>                                                                                              |                          |
| 5.1      | Образовательный портал на официальном сайте КемГМУ<br><a href="http://moodle.kemsma.ru">http://moodle.kemsma.ru</a> | Неограничен<br>ый доступ |

## 6.2. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

| № п/п | Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Шифр научной библиотек и КемГМУ | Число экз. в научной библиотеке, выделяемое на данный поток обучающихся | Число обучающихся на данном потоке |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
|       | <b>Основная литература:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                 |                                                                         |                                    |
| 1     | Клиническая психология [Электронный ресурс] / Сидоров П.И., Парняков А.В - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 880 с.                                                                                                                                                                                                                                                               |                                 |                                                                         |                                    |
| 2     | Клиническая и медицинская психология / Менделевич В. Д. – М. : «МЕДпресс-информ», 2015. – 432 с. ISBN 5-98322-087-Х.                                                                                                                                                                                                                                                       |                                 |                                                                         |                                    |
| 3     | Столяренко, Л. Д. Основы психологии и педагогики : учебное пособие для вузов / Л. Д. Столяренко, В. Е. Столяренко. - 4-е изд., перераб. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2020. - 134 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-09450-3. - Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL: <a href="https://urait.ru/bcode/449844">https://urait.ru/bcode/449844</a> |                                 |                                                                         |                                    |
| 4     | Шадриков, В. Д. Общая психология : учебник для вузов / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилев. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 411 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-03023-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/450021">https://urait.ru/bcode/450021</a>                                                          |                                 |                                                                         |                                    |
|       | <b>Дополнительная литература:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                 |                                                                         |                                    |

| № п/п | Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Шифр научной библиотек и КемГМУ | Число экз. в научной библиотеке, выделяемое на данный поток обучающихся | Число обучающихся на данном потоке |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| 1     | Немов, Р. С. Психология в 2 ч. Часть 2 : учебник для вузов / Р. С. Немов. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2020. - 292 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-9916-9198-7. - Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. - URL: <a href="https://urait.ru/bcode/451633">https://urait.ru/bcode/451633</a>               |                                 |                                                                         |                                    |
| 2     | Гуревич, П. С. Психология и педагогика : учебник и практикум для академического бакалавриата / П. С. Гуревич. - 3-е изд., перераб. и доп. - М. : Издательство Юрайт, 2019. - 429 с. - (Серия : Бакалавр. Академический курс). - ISBN 978-5-534-04531-4.                                                                                         |                                 |                                                                         |                                    |
| 3     | Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник для вузов / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 381 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11949-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/471373">https://urait.ru/bcode/471373</a> |                                 |                                                                         |                                    |
| 4     | Лукацкий, М.А. Психология [Электронный ресурс] : учебник / М. А. Лукацкий, М. Е. Остренкова. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - (Серия «Психологический компендиум врача»). - 664с. - URL: «Консультант студента. Электронная библиотека медицинского вуза» <a href="http://www.studmedlib.ru">www.studmedlib.ru</a>         |                                 |                                                                         |                                    |

### 6.3. Методические разработки кафедры

| № п/п | Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы | Шифр научной библиотек и КемГМУ | Число экз. в научной библиотеке, выделяемое на данный поток обучающихся | Число обучающихся на данном потоке |
|-------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
|       |                                                                |                                 |                                                                         |                                    |

| № п/п | Библиографическое описание рекомендуемого источника литературы | Шифр научной библиотек и КемГМУ | Число экз. в научной библиотеке, выделяемое на данный поток обучающихся | Число обучающихся на данном потоке |
|-------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
|       |                                                                |                                 |                                                                         |                                    |
|       |                                                                |                                 |                                                                         |                                    |

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

| Адрес                               | Наименование оборудованных учебных кабинетов | Оснащенность оборудованных учебных кабинетов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| г. Кемерово,<br>ул. Назарова, д.1/1 | Малый зал                                    | <p><b>Оборудование:</b><br/>столы, стулья, учебная доска, экран,</p> <p><b>Средства обучения:</b><br/><u>Технические средства:</u><br/>компьютер с выходом в Интернет.</p> <p><u>Демонстрационные материалы:</u><br/>наборы мультимедийных презентаций, таблицы, видеоматериалы.</p> <p><u>Оценочные средства на печатной основе:</u><br/>тестовые задания по изучаемым темам, ситуационные задачи.</p> <p><u>Учебные материалы:</u><br/>учебники, учебные пособия, раздаточные дидактические материалы</p> <p><u>Программное обеспечение:</u><br/>Linux лицензия GNU GPL<br/>LibreOffice лицензия GNU LGPLv3</p> |
| г. Кемерово,<br>ул. Назарова, д.1/1 | Ауд. 234 а<br>Учебная комната                | <p><b>Оборудование:</b><br/>столы, стулья, учебная доска</p> <p><b>Средства обучения:</b><br/><u>Технические средства:</u><br/>компьютер с выходом в Интернет.</p> <p><u>Демонстрационные материалы:</u><br/>наборы мультимедийных презентаций, таблицы, видеоматериалы.</p> <p><u>Оценочные средства на печатной основе:</u><br/>тестовые задания по изучаемым темам, ситуационные задачи.</p> <p><u>Учебные материалы:</u><br/>учебники, учебные пособия, раздаточные дидактические материалы</p> <p><u>Программное обеспечение:</u><br/>Linux лицензия GNU GPL<br/>LibreOffice лицензия GNU LGPLv3</p>         |
| г. Кемерово,<br>ул. Назарова, д.1/1 | Ауд. 234 б<br>комната для                    | <p><b>Оборудование:</b><br/>столы, стулья</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

| Адрес | Наименование оборудованных учебных кабинетов | Оснащенность оборудованных учебных кабинетов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | самостоятельной подготовки.                  | <p><b><u>Средства обучения:</u></b></p> <p><b><u>Технические средства:</u></b><br/>компьютер с выходом в Интернет.</p> <p><b><u>Демонстрационные материалы:</u></b><br/>наборы мультимедийных презентаций, таблицы, видеоматериалы.</p> <p><b><u>Оценочные средства на печатной основе:</u></b><br/>тестовые задания по изучаемым темам, ситуационные задачи.</p> <p><b><u>Учебные материалы:</u></b><br/>учебники, учебные пособия, раздаточные дидактические материалы</p> <p><b><u>Программное обеспечение:</u></b><br/>Linux лицензия GNU GPL<br/>LibreOffice лицензия GNU LGPLv3</p> |

**Лист изменений и дополнений**  
в рабочей программе дисциплины  
ФЧ 7. Спецпрактикум «Психологические методы работы спортивного психолога»

(указывается индекс и наименование дисциплины по учебному плану)

на 20\_\_ - 20\_\_ учебный год.

Регистрационный номер рабочей программы: \_\_\_\_\_

Дата утверждения: \_\_\_\_\_

| Перечень дополнений и изменений, внесенных в рабочую программу | РП актуализирована на заседании кафедры: |                                   |                              | Подпись и печать зав. научной библиотекой |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|-------------------------------------------|
|                                                                | Дата                                     | Номер протокола заседания кафедры | Подпись заведующего кафедрой |                                           |
| В рабочую программу вносятся следующие изменения:              |                                          |                                   |                              |                                           |
| 1.                                                             |                                          |                                   |                              |                                           |
| 2.                                                             |                                          |                                   |                              |                                           |
|                                                                |                                          |                                   |                              |                                           |