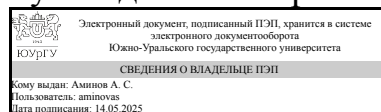


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель направления



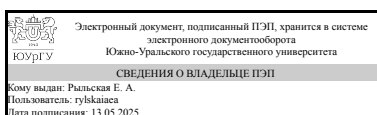
А. С. Аминов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.О.15 Психология физической культуры
для направления 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в
состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
уровень Бакалавриат
форма обучения заочная
кафедра-разработчик Психология управления и служебной деятельности**

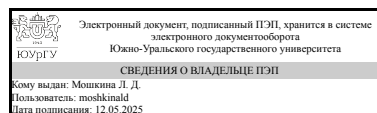
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 942

Зав.кафедрой разработчика,
д.психол.н., доц.



Е. А. Рыльская

Разработчик программы,
к.психол.н., доц., доцент



Л. Д. Мошкина

1. Цели и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование комплекса профессиональных компетенций для развития представлений студентов о возможностях психологического обеспечения и сопровождения спортивной деятельности, возможностях индивидуального консультирования спортсменов разного уровня (групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп, спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства).

Краткое содержание дисциплины

Освоение дисциплины ведется на основе ранее приобретенных знаний по дисциплинам «Психология», «Педагогика». Интегрирован в содержание образования и носит практико-ориентированный характер, выполняет определенную роль в культурологической, социальной, психологической, интеллектуальной составляющих профессионально-личностной подготовки.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Имеет практический опыт: реализации траекторию саморазвития с учетом личностных возможностей, перспективы развития сферы профессиональной деятельности
ОПК-6 Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться	Знает: психические состояния в физическом воспитании, методы их регуляции; методы и организацию психорегуляции и психогигиены в физическом воспитании Умеет: формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой у лиц с отклонениями в состоянии здоровья
ОПК-13 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся	Знает: психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом различного пола и возраста Умеет: вносить коррективы в планирование занятий по адаптивной физической культуре в зависимости от психологических особенностей занимающихся

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
1.О.13 Психология, 1.О.14 Педагогика, Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	1.О.38 Технологии физкультурно-спортивной деятельности, 1.О.17 Теория и методика физической культуры

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
1.О.13 Психология	Знает: психологические особенности общения с различными категориями групп людей; источники, причины и способы управления конфликтами; методы убеждения, аргументации своей позиции; сущностные характеристики и типологию лидерства; факторы эффективного лидерства, закономерности развития и сенситивные периоды психических качеств; кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием, основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития; основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики Умеет: эффективно взаимодействовать с другими членами команды; использовать в практике своей работы психологические подходы; применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы; защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях, определять свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы; разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде Имеет практический опыт: личной ответственности за результативность работы команды, соблюдения этических нормы межличностного взаимодействия
1.О.14 Педагогика	Знает: принципы образования в течение всей жизни, методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных педагогических технологий Умеет: определять возможности своего личностного развития, эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, представлять результаты работы команды; планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; управлять учебными и тренировочными процессами обучения и воспитания; анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу Имеет практический

	опыт: планирования перспективных целей собственной деятельности, решения образовательных и воспитательных задач в составе команды
Учебная практика (ознакомительная) (2 семестр)	Знает: Умеет: составлять план занятия по физической культуре на основе подвижных игр с учетом физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, использовать стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели, определять свою роль в команде. Имеет практический опыт: управления своим временем, реализацией траектории саморазвития на основе принципов самообразования, проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности систематических занятий адаптивной физической культурой и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима, компьютерной обработки служебной документации, статистической информации и деловой графики; работы с информационно-поисковыми системами и программным обеспечением, используемым в профессиональной деятельности, составления конспекта занятия на основе базового вида двигательной деятельности, проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья; проведения мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации, решения образовательных, воспитательных, развивающих, коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 18,25 ч. контактной работы с применением дистанционных образовательных технологий

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		3

Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
Аудиторные занятия:	12	12
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	8	8
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа (СРС)	89,75	89,75
Подготовка к зачету	29,75	29,75
Самостоятельное изучение 2 раздела; подготовка к практическим работам	30	30
Самостоятельное изучение 1 раздела; подготовка к практическим работам	30	30
Консультации и промежуточная аттестация	6,25	6,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Психологическая характеристика физической культуры	6	2	4	0
2	Психологические основы обучения и совершенствования в спорте	6	2	4	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Предмет, задачи и методы психологии физической культуры	1
3	1	Волевая подготовка спортсмена как важнейшая составная часть психологической подготовки	1
2	2	Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте	2

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Развитие психических процессов в физическом воспитании. Внимание. Наблюдательность. Память. Мышление. Воображение	2
2	1	Психологические основы формирования личности в физическом воспитании. Психология личности спортсмена	2
3	2	Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте. Психология спортивного соревнования. Психологические основы обучения и совершенствования	4

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к зачету	Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/469368 . С. 130-183	3	29,75
Самостоятельное изучение 2 раздела; подготовка к практическим работам	Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/469368 . С. 345-398	3	30
Самостоятельное изучение 1 раздела; подготовка к практическим работам	Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/469368 . С. 318-333	3	30

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	3	Текущий контроль	Контрольное мероприятие по разделу 1	2	5	Для ответа на вопросы и их обсуждения студенту предлагается ответить на вопрос по разделу курса.	зачет

						Правильный полный ответ на вопрос соответствует 5 баллам. Правильный, но недостаточно полный ответ или частично правильный ответ (с небольшими замечаниями) соответствует 4 баллам. Частично правильный ответ (с существенными замечаниями) соответствует 3 баллам. Неправильный ответ на вопрос соответствует 2 баллам. Попытка ответа на вопрос - 1 балл. Отсутствие ответа на вопрос - 0 баллов.	
2	3	Текущий контроль	Психологическая диагностика "Развитие психических процессов в физическом воспитании"	2	5	Правильный ответ при выполнении задания соответствует 5 баллам. Правильный, но недостаточно полный ответ при выполнении задания (с небольшими замечаниями) соответствует 4 баллам. Частично правильный ответ при выполнении задания (с существенными замечаниями) соответствует 3 баллам. Существенные ошибки в ответе при выполнении задания, связанные с отсутствием понимания изучаемого материала - 2 балла. Попытка ответа при выполнении задания при не правильном понимании задания - 1 балл. Отсутствие ответа на вопрос - 0 баллов.	зачет
3	3	Текущий контроль	Решение задачи "Психологические особенности учебно-тренировочной деятельности в спорте"	2	5	Правильный ответ при выполнении задания соответствует 5 баллам. Правильный, но недостаточно полный ответ при выполнении задания (с небольшими замечаниями) соответствует 4 баллам. Частично правильный ответ при выполнении задания (с существенными замечаниями) соответствует 3 баллам. Существенные ошибки в ответе при выполнении задания, связанные с отсутствием понимания изучаемого материала - 2 балла. Попытка ответа при выполнении задания при не правильном понимании задания - 1 балл. Отсутствие ответа на вопрос - 0 баллов.	зачет
4	3	Текущий контроль	Контрольное мероприятие по разделу 2	2	5	Для ответа на вопросы и их обсуждения студенту предлагается ответить на вопрос по разделу курса. Правильный полный ответ на вопрос соответствует 5 баллам. Правильный, но недостаточно полный ответ или частично правильный ответ (с небольшими замечаниями) соответствует 4 баллам. Частично правильный ответ (с существенными	зачет

						замечаниями) соответствует 3 баллам. Неправильный ответ на вопрос соответствует 2 баллам. Попытка ответа на вопрос - 1 балл. Отсутствие ответа на вопрос - 0 баллов	
5	3	Промежуточная аттестация	Тестирование	-	20	Промежуточная аттестация включает проведение тестирования. Контрольное мероприятие промежуточной аттестации проводятся во время недели предаттестационных консультаций. Тест состоит из 20 вопросов. На ответы отводится 20 минут. Правильный ответ на вопрос соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов за промежуточную аттестацию – 20. Возможно получение зачета по итогам текущей работы в течение семестра, в том случае, если студент выполнил более 60% курса.	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Промежуточная аттестация включает проведение тестирования. Контрольное мероприятие промежуточной аттестации проводятся во время недели предаттестационных консультаций. Тест состоит из 20 вопросов. На ответы отводится 20 минут. Правильный ответ на вопрос соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов за промежуточную аттестацию – 20. Возможно получение зачета по итогам текущей работы в течение семестра, в том случае, если студент выполнил более 60% курса.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ				
		1	2	3	4	5
УК-6	Имеет практический опыт: реализации траекторию саморазвития с учетом личностных возможностей, перспективы развития сферы профессиональной деятельности	+		+		+
ОПК-6	Знает: психические состояния в физическом воспитании, методы их регуляции; методы и организацию психорегуляции и психогигиены в физическом воспитании	+	+	+	+	+
ОПК-6	Умеет: формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой у лиц с отклонениями в состоянии здоровья	+	+	+	+	+
ОПК-13	Знает: психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом различного пола и возраста		+		+	+
ОПК-13	Умеет: вносить коррективы в планирование занятий по адаптивной		+		+	+

	физической культуре в зависимости от психологических особенностей занимающихся								
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Психология физической культуры и спорта [Текст] учебник для вузов по специальности "Физ. культура и спорт" А. В. Родионов и др.; под ред. А. В. Родионова. - М.: Академия, 2010. - 365, [1] с.

б) дополнительная литература:

1. Психология физической культуры и спорта [Текст] учебник для вузов по специальности "Физ. культура и спорт" А. В. Родионов и др.; под ред. А. В. Родионова. - М.: Академия, 2010. - 365, [1] с.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

1. Южно-Уральский государственный университет (ЮУрГУ) Челябинск Вестник Южно-Уральского государственного университета Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ журнал. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2001-

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Мошкина Д.Д. Психология физической культуры

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Мошкина Д.Д. Психология физической культуры

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Образовательная платформа Юрайт	Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум для вузов / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01035-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/489183
2	Дополнительная литература	Образовательная платформа Юрайт	Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/493629

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)

2. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ"
(<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. EBSCO Information Services-EBSCOhost Research Databases(28.02.2017)
2. -База данных ВИНТИ РАН(бессрочно)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	101 (6)	Основное оборудование, обеспечивающее проведение практических занятий
Лекции	103 (6)	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет