

ФГБОУ ВО «АГУ»	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Адыгейский государственный университет»
	Рабочая программа дисциплины (модуля)
	СМК. ОП-2/РК-7.3.3

«УТВЕРЖДАЮ»

Декан (директор)

факультета (института)\*

 И.О. Фамилия  
30 июня 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)

**Б1.В.9 Спортивная психология**

49.03.01 Физическая культура

направление подготовки (наименование специальности)

Направленность "Спортивная тренировка в избранном виде спорта"

направленность (профиль, специализация, программа магистратуры)

РПД адаптирована для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Майкоп, 20 20

Институт физической культуры и дзюдо

Кафедра психологии

Составитель (разработчик) программы: зав.кафедрой психологии, кандидат педагогических наук, доцент, С.К. Багадирова 

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии

от «26» июня 20 20 г., протокол № 1

Заведующий кафедрой: кандидат педагогических наук, доцент,  
С.К. Багадирова 

Согласовано:

Председатель УМК ИФК и дзюдо: зам. директора ИФК и дзюдо учебной работе, кандидат педагогических наук, доцент,

В.П. Шрам 

### Содержание

		стр.
	Пояснительная записка	4
1.	Цели и задачи дисциплины (модуля)	5
2.	Объем дисциплины (модуля) по видам учебной работы	9
3.	Содержание дисциплины (модуля)	9
4.	Самостоятельная работа обучающихся	10
5.	Учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля)	22
6.	Образовательные технологии	25
7.	Методические рекомендации по дисциплине (модулю)	27
8.	Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов	30
9.	Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)	31
10.	Лист регистрации изменений	33

### Пояснительная записка

Рабочая программа дисциплины (модуля) составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура направленность «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Дисциплина (модуль) «Спортивная психология» относится к базовой части блока дисциплин учебного плана.

Для освоения дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и владения, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин и прохождения практик: анатомия, физиология, философия, теория и методика физического воспитания, социология.

Трудоемкость дисциплины: 2 з.е./ 72 ч.;

контактная работа: 36,25

занятия лекционного типа – 16 ч.,

занятия семинарского типа (семинары) – 18 ч.,

*(занятия семинарского типа - семинары, практические занятия, практикумы, лабораторные работы)*

контроль самостоятельной работы – 2 ч.,

иная контактная работа – 0,3 ч.,

контролируемая письменная работа – 0 ч.,

СР – 36 ч.,

контроль – 0 ч.

Ключевые слова: психомоторная сфера спортсменов, познавательные способности спортсменов, эмоционально-волевая сфера спортсменов, мотивационная сфера спортсмена, развитие личности в процессе занятий спортом, спортивная карьера, спортивный отбор, феномен взаимодействия в спортивной команде, психологические особенности деятельности тренеров, психологическое сопровождение спортивной деятельности, спортивная психодиагностика, психорегуляция, саморегуляции / самоуправления состоянием; обучения навыкам психорегуляции, профилактика и коррекция неблагоприятных функциональных состояний спортсменов.

## 1. Цели и задачи дисциплины (модуля).

**Цель** изучения дисциплины заключается в освоении научных принципов, механизмов, закономерностей, определяющих саморегуляцию личности в рамках спортивной деятельности.

**Задача** дисциплины заключается в освоении следующих знаний, умений и навыков.

*Знать:*

- знать историю возникновения спортивной психологии как учебной дисциплины;
- основы развития психомоторной сферы спортсменов в спортивной деятельности;
- основы развитие эмоциональной сферы в спортивной деятельности;
- основы развития волевой сферы в спортивной деятельности;
- основы развития интеллектуальной сферы личности в спортивной деятельности;
- особенности проявления мотивационной сферы спортсмена в спорте;
- структуру спортивной деятельности;
- основы психологического отбора в спорте;
- специфику спортивной карьеры;
- причины и последствия эмоционального выгорания спортсменов;
- гендерные различия мужчин и женщин, занимающихся спортом;
- психологические особенности деятельности тренеров;
- основы психологического сопровождения спортивной деятельности;
- основы психорегуляции в спорте.

*Уметь:*

- осуществлять деятельность с учетом развития психомоторной сферы спортсменов в спортивной деятельности;
- осуществлять деятельность с учетом развития эмоциональной сферы в спортивной деятельности;
- осуществлять деятельность с учетом развития волевой сферы в спортивной деятельности;
- осуществлять деятельность с учетом развития интеллектуальной сферы личности в спортивной деятельности;
- осуществлять деятельность с учетом проявления мотивационной сферы спортсмена в спорте;
- осуществлять деятельность с учетом овладения очередного этапа психологической структуры спортивной деятельности;
- осуществлять деятельность с учетом требований очередного этапа психологического отбора в спорте;
- осуществлять деятельность с учетом проявления эмоционального выгорания спортсменов;
- осуществлять деятельность с учетом гендерных различий мужчин и женщин, занимающихся спортом;
- осуществлять деятельность по психологическому сопровождению спортивной деятельности.

*Владеть:*

- навыками работы со спортсменами с учетом особенностей их психомоторного развития;
- навыками работы со спортсменами с учетом особенностей их эмоционального развития;
- навыками работы со спортсменами с учетом особенностей их волевого развития;
- навыками работы со спортсменами с учетом особенностей их интеллектуального развития;
- навыками работы со спортсменами с учетом проявления их мотивационной сферы;

- навыками работы со спортсменами с учетом овладения очередного этапа психологической структуры спортивной деятельности;
- навыками работы со спортсменами с учетом требований очередного этапа психологического отбора в спорте;
- навыками работы со спортсменами с учетом причин и последствий эмоционального выгорания спортсменов;
- навыками работы со спортсменами с учетом гендерных различий мужчин и женщин, занимающихся спортом;
- навыками работы по психологическому сопровождению спортивной деятельности.

Таблица 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Компетенция (код и наименование)	Индикаторы компетенций (код и наименование)	Результаты обучения
УК-3- Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК.3.1. Демонстрирует знание, умения и навыки социального взаимодействия	<p><i>Знает:</i> функции и средства общения; психологические особенности общения с различными категориями групп людей (по возрасту, этническим и религиозным признакам и др.); источники, причины и способы управления конфликтами; сущностные характеристики и типологию лидерства; факторы эффективного лидерства;</p> <p><i>Умеет:</i> эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы команды; планировать, организовывать и координировать работы в коллективе; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их; применять технологии развития лидерских качеств и умений;</p> <p><i>Владеет:</i> навыками решения проблем и задач в составе команды;</p>
	УК.3.2. Способен организовать и руководить обучением и социальными процессами в	<p><i>Знает:</i> методики воспитательной работы, основные принципы деятельностного подхода,</p>

	физкультурно-спортивных группах	<p>виды и приемы современных педагогических технологий;</p> <p>методы убеждения, аргументации своей позиции;</p> <p><i>Умеет:</i> управлять учебными и тренировочными группами с целью вовлечения занимающихся в процесс обучения и воспитания;</p> <p>анализировать реальное состояние дел в учебной и тренировочной группе, поддерживать в коллективе деловую, дружелюбную атмосферу;</p> <p>защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях;</p> <p>использовать в практике своей работы психологические подходы: культурно-исторический, деятельностный и развивающий; составить психолого-педагогическую характеристику (портрет) личности; устанавливать педагогически целесообразные отношения с участниками процесса физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p>применять психологические приемы: постановка цели, сочетание видов оценки, психолого-педагогическая поддержка, психотехнические упражнения, групповые нормы;</p> <p><i>Владеет:</i> навыками организовать и руководить обучением и социальными процессами в физкультурно-спортивных группах;</p>
УК-6 -Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе	УК.6.1. Определяет свои личные ресурсы, возможности и ограничения для достижения поставленной цели	<p><i>Знает:</i> основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития;</p> <p><i>Умеет:</i> определять свои ресурсы и их пределы</p>

<p>принципов образования в течение всей жизни</p>		<p>(личностные, ситуативные, временные и др.) для успешного выполнения порученной работы;  <i>Владеет:</i> выявления поведенческих и личностных проблем обучающихся и спортсменов, связанных с особенностями их развития; формирования системы регуляции поведения и деятельности обучающихся и спортсменов;</p>
	<p>УК.6.2. Создает и достраивает индивидуальную траекторию саморазвития при получении профессионального образования</p>	<p><i>Знает:</i> основы социализации личности, индикаторы индивидуальных особенностей траекторий жизни, их возможные девиации, а также основы их психодиагностики; современное состояние, стратегические цели и перспективу развития физической культуры и спорта;          принципы образования в течение всей жизни;  <i>Умеет:</i> разрабатывать (осваивать) и применять современные психолого-педагогические технологии, основанные на знании законов развития личности и поведения в реальной и виртуальной среде;  <i>Владеет:</i> - планирования перспективных целей собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, временной перспективы развития сферы профессиональной деятельности и требований рынка труда;</p>



## 2. Объем дисциплины (модуля) по видам учебной работы.

Таблица 2. Объем дисциплины (модуля) общая трудоемкость: 2 з.е. / 72ч.

Форма обучения очная (очная, очно-заочная, заочная)

Виды учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах			
		V			
Общая трудоемкость дисциплины	72	72			
Контактная работа:	36,25	36,25			
занятия лекционного типа	16	16			
занятия семинарского типа (семинары)	18	18			
контроль самостоятельной работы	2	2			
иная контактная работа	0,25	0,25			
контролируемая письменная работа					
контроль					
Самостоятельная работа (СР)	35,75	35,75			
Курсовая работа (проект)					
Вид промежуточного контроля (зачет, экзамен, диф. зачет)	зачет	зачет			

## 3. Содержание дисциплины (модуля).

Таблица 3. Распределение часов по темам и видам учебной работы

Форма обучения \_\_\_\_\_ (очная, очно-заочная, заочная)

Семестр \_\_\_\_\_

Номер раздела	Наименование разделов и тем дисциплины (модуля)	Объем в часах					
		Всего	Л	ПЗ	КСР	СР	иная работа
	<b>Модуль I. Развития личности в спортивной деятельности</b>						
	Спортивная психология как учебная дисциплина. Развитие психомоторной сферы спортсменов в спортивной деятельности.	8	2	2		4	
	Развитие эмоциональной сферы в спортивной деятельности. Развитие волевой сферы в спортивной деятельности.	10,1	2	2		6	0,12

	Развитие интеллектуальной сферы личности в спортивной деятельности.	8	2	2		4	
	Мотивационная сфера спортсмена и особенности ее проявления в спорте.	9	2	2	1	4	
	<b>Модуль II. Профессионализация личности в спорте</b>						
	Структура спортивной деятельности. Психологические аспекты отбора в спорте. Психология спортивной карьеры.	8,1	2	2		4	0,13
	Эмоциональное выгорание спортсменов: причины и последствия.	8	2	2		4	
	Гендерные различия мужчин и женщин, занимающихся спортом. Психологические особенности деятельности тренеров.	8	2	2		4	
	<b>Модуль III. Психологическое обеспечение спортивной деятельности</b>	4,1	2	2			
8.	Психологическое сопровождение спортивной деятельности. Психорегуляция в спорте.	12,75	2	4	1	5,75	
Итого:		<b>72</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>35,75</b>	<b>0,25</b>

#### 4. Самостоятельная работа обучающихся.

Цели самостоятельной работы – освоить те разделы дисциплины, которые не были затронуты в процессе аудиторных занятий, но предусмотрены рабочей программой, а также расширить границы получаемых знаний, умений и навыков (владений) в процессе дополнительного изучения отдельных тем, решении практических задач, исследования отдельных вопросов дисциплины с помощью учебно-методической литературы; подготовиться к занятиям лекционного и семинарского типа.

Таблица 4. Содержание самостоятельной работы обучающихся

№, п/п	Вид самостоятельной работы	Разделы рабочей программы	Форма отчетности
--------	----------------------------	---------------------------	------------------

1	<b>Внеаудиторная:</b> конспектирование дополнительной литературы; разработка электронной презентации; разработка схемоконспекта; самостоятельное диагностическое исследование; проблемы для самостоятельного анализа; написание реферата.	<b>Модуль I. Развития личности в спортивной деятельности</b>	Конспектирование; создание и защита электронной презентации; создание и презентация схемоконспекта; протокол диагностического исследования; письменное решение проблемы; самостоятельное составление написание и защита реферата
		<b>Модуль II. Профессионализация личности в спорте</b>	Конспектирование; создание и защита электронной презентации; создание и презентация схемоконспекта; протокол диагностического исследования; письменное решение проблемы; самостоятельное составление написание и защита реферата
		<b>Модуль III. Психологическое обеспечение спортивной деятельности</b>	Конспектирование; создание и защита электронной презентации; создание и презентация схемоконспекта; протокол диагностического исследования; письменное решение проблемы; самостоятельное составление написание и защита реферата

#### 4.1. Типы семестровых заданий:

##### **Перечень тем для самостоятельной разработки электронной презентации**

1. Общее понятие о психологической психорегуляции как одной из уровней регуляции активности живых существ.
2. Психорегуляция функционального состояния.
3. Методы и способы психопрофилактики стрессовых состояний в спортивной деятельности.
4. Характеристика состояния релаксации как основного действующего фактора при использовании методов психорегуляции.
5. Нервно-мышечная релаксация (НМР). Многовариантность использования методов НМР, его сочетание с другими методами психологической саморегуляции.
6. Аутогенная тренировка (АТ). Содержание и история становления метода.
7. Современные модификации аутогенной тренировки и направления их использования в профессионально-прикладной практике.
8. Разработка новых методик аутогенной тренировки: модификации классического варианта АТ, расширение набора соответствующих приемов саморегуляции.
9. Идеомоторная тренировка и сенсорная репродукция образов. Пути применения идеомоторной тренировки и сенсорной репродукции в спортивной практике.
10. Сравнительная эффективность методов психорегуляции.
11. Особенности построения программ обучения приемам психорегуляции.
12. Понятие об актуальной, пролонгированной и отсроченной эффективности обучения.
13. Особенности динамики функционального состояния как результат обучения навыкам психорегуляции.
14. Методы диагностики и оценки навыков психорегуляции.

15. Комплексы психологической релаксации (КПР).
16. Методическое обеспечение работы КПР.
17. Технология обучения навыкам ПР и организации тренингов ПР.
18. Методы гетерорегуляции. Цель, задачи и содержание специальной психологической подготовки к конкретному соревнованию.
19. Ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена в условиях соревнований.
20. Внимание и его значение для психической саморегуляции.
21. Методы психической саморегуляции.
22. Классификация методов психической саморегуляции с учетом содержания сознания.
23. Йога и психическая саморегуляция.
24. Аутогенная тренировка (И.Г. Шульц).
25. Психолингвистическое программирование.
26. Измерение и оценка эмоциональной напряженности и эмоциональной устойчивости.
27. Оптимальное боевое состояние спортсмена и его компоненты (по А.В. Алексееву).
28. Психофункциональный тест.
29. Управление оптимальным боевым состоянием.
30. Методы восстановления психической работоспособности.
31. Понятие о психопрофилактической работе в спорте.
32. Понятие о психореабилитации.
33. Методы психорегуляции при избыточном нервно-психическом перенапряжении.
34. Методы психорегуляции в состоянии фрустрации.
35. Изучение психологических средств саморегуляции и регуляции психических состояний.
36. Исследование самовнушения в спорте.
37. Психологическая реабилитация спортсмена в современных условиях.
38. Деадаптивные проявления агрессии в спорте и их коррекция.

#### **Перечень литературных источников для разработки схемоконспекта**

1. Хан, Э. Психология в подготовке тренеров//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С.6 -10.
2. Кретти, Дж. Черты личности спортсмена//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С.14 -29.
3. Кретти, Дж. Личностные изменения, связанные с занятиями спортом//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С.29 -41.
4. Кретти, Дж. Личность тренера//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С.41 -59.
5. Кретти, Дж. Мотивация занятий спортом//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С.59 -79.
6. Найдиффер, Р. Внимание в спорте//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С.79 -97.
7. Кретти, Дж. Активация (возбуждение) спортсмена//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 97 -109.
8. Найдиффер, Р. Тревожность и выступления спортсменов в соревнованиях//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С.109 - 140.
9. Кретти, Дж. Снятие тревожности//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 140 -147.
10. Кретти, Дж. Агрессивность в спорте//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 147 -160.
11. Кретти, Дж. Лидерство в спорте//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 160 -181.
12. Кретти, Дж. Зрители и их влияние на выполнение двигательных задач//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 181 -187.

13. Кретти, Дж. Деятельность и научение // Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 187 -196.
14. Найдиффер, Р. Самооценка//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 196 -208.
15. Найдиффер, Р. Мысленная тренировка//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 208 -235.
16. Найдиффер, Р. Методы психической саморегуляции//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 235 -248.
17. Найдиффер, Р. Гипноз//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 248 -278.
18. Сингер, Р. Самоконтроль в спорте//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 319 -329.
19. Унесталь, Л.-Э. Аутогенная тренировка в спорте//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 329 -336.
20. Ридер, Г. Прикладная психология спорта//Психология спорта: Хрестоматия/ Сост. – реж. А. Е. Тарас/М: АСТ; Мн.: Харвест, 2007. – С. 336 -345.
21. Серова, Л. К. Психологический отбор в спорте// Профессиональный отбор в спорте. – М.: Человек, 2011. – С. – 88 – 102.
22. Серова, Л. К. Технология психологического отбора в спорте// Профессиональный отбор в спорте. – М.: Человек, 2011. – С. – 102 – 110.
23. Серова, Л. К. Профессионально важные качества// Профессиональный отбор в спорте. – М.: Человек, 2011. – С. – 110 – 120.
24. Плахтиенко, В.А. Факторы, определяющие надежность деятельности спортсмена//Надежность в спорте/В.А. Плахтиенко, Ю. М. Блудов. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – С.21 – 33.

#### **Перечень дополнительной литературы для самостоятельного изучения**

1. Алексеев, А.В. Состояние вдохновения у спортсменов // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. И общая редакция И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 78-88.
2. Алексеев, А.В. Как управлять своим вниманием перед стартом // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С.231-239.
3. Багадирова, С.К. Динамика волевых механизмов саморегуляции спортсменов – дзюдоистов в процессе развивающих тренингов // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия «Педагогика и психология». – Майкоп: Изд-во АГУ. – 2008. – Вып. 7. – С. 226-23.
4. Багадирова, С.К. Психологические особенности гендерной социализации личности в спорте (на примере дзюдо) // Личность и общество: проблемы философии, психологии и социологии: Материалы международной научно-практической конференции (февраль 2010г.) – Пенза, 2010. – С. 40-43.
5. Багадирова, С.К. Этапы профессионализации личности в спорте // Физкультура и образование, спорт, биомеханика, безопасность жизнедеятельности: Материалы международной научной конференции (6 октября 2010 г.). – Майкоп, 2010. – С. 20-25.
6. Багадирова, С.К. Организация психологического сопровождения в спорте (на примере команды дзюдоистов) // Теоретические и прикладные проблемы психологии личности: Материалы Всероссийской научно-практической конференции (15 ноября 2010 года). – Пенза, 2010. – С. 105-107.
7. Багадирова, С.К. Профессионализация спорта: этапы развития профессионала // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения: Материалы

- XVIII Международной научно-практической конференции (2 февраля 2011 г.) / Под общ. ред. С.С. Чернова. – Новосибирск, 2011. – С. 483-487.
8. Багадирова, С.К. Формирование мотивации спортивной деятельности дзюдоистов на этапе начальной спортивной специализации посредством развивающих тренингов // Вопросы научного образования по гуманитарным, социальным и психологическим специальностям: Материалы III Международной научной заочной конференции (Москва, 11 сентября 2011 г.). – М.: Изд-во ИНГН, 2011. – С. 18-22.
  9. Багадирова, С.К. Изучение кризисов спортивной карьеры, как основа системы психологического сопровождения спортсменов // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения: Материалы XXIII Международной научно-практической конференции (г. Новосибирск, 31 декабря 2011г.). – Новосибирск, 2011. – С. 361-367.
  10. Багадирова, С.К. Основные задачи психологического сопровождения в спорте по формированию и сохранению мотивов спортивной деятельности на этапах многолетней подготовки // Приоритетные научные направления: от теории к практике: Материалы I международной научно-практической конференции (г. Новосибирск, 5 ноября 2012г.). – Новосибирск, 2012. – С. 79-84.
  11. Багадирова, С.К. Анализ направлений исследований и форм развития мотивации спортивной деятельности (теоретический и практический аспекты) // Интегративный подход к психологии человека и социальному взаимодействию людей: Сборник научных работ. Выпуск 3. – Майкоп: 2012. – С. 7-14.
  12. Багадирова, С.К. Исследование генезиса мотивации спортивной деятельности, как основа психологического сопровождения многолетней подготовки спортсменов // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (26-27 октября 2012, г. Краснодар). – Краснодар, 2012. – С. 6-8.
  13. Багадирова, С.К. Психологические тренинги развития мотивации спортивной деятельности, как форма психологического сопровождения спортсменов // Физическая культура, здравоохранение и образование: Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции памяти В.С. Пирусского (г.Томск, 15 -16 ноября 2012г.). – Томск, 2012. – С. 102-109.
  14. Барабанова, А.Г. Психологические резервы оптимизации спортивной деятельности// Тренер, журнал в журнале «Теория и практика физической культуры» [Электронный ресурс] / А.Г. Баранова, А.П. Горячева, В.С. Никитина. – 2006. – №5. – Режим доступа: <http://fizkult-ura.ru/node/193>
  15. Блеер, А.Н. Психологические факторы обеспечения устойчивости психомоторных действий в единоборствах [Электронный ресурс] / А. Н. Блеер – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/TPFK/2006n6/p28-31.htm>
  16. Ганюшкин, А.Д. К вопросу о технологии психологической подготовки спортсмена // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 239-246.
  17. Горбунов, Г.Д. Практический психолог в спорте // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С.260-269.
  18. Гогун, Е.Н. Условия психологической подготовки специалистов по физической культуре и спорту [Электронный ресурс] / Е.Н. Гогун, кандидат педагогических наук, доцент – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2004N3/p7-12.htm>
  19. Гордон, С.М. Оценка психической готовности к соревновательной деятельности спортсменов разных специализаций и квалификаций (на примере циклических, игровых видов и спортивных единоборств) [Электронный ресурс] / С.М. Гордон, А.Б. Ильин – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2004n2/p46-49.htm>

20. Горская, Г.Б. Психологическая теория спортивной деятельности: актуальные направления развития [Электронный ресурс] / Г.Б. Горская. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/1999N5/p53-56.htm>
21. Горская, Г.Б. Гендерные аспекты социальной адаптации в условиях ранней профессионализации [Электронный ресурс] / Г.Б. Горская, Т.И. Зернова, Е.А. Пархоменко. – Режим доступа: <http://www.follow.ru/article/353>
22. Горская Г.Б. Психологические эффекты ранней профессионализации личности / Г.Б. Горская // Человек. Сообщество. Управление. Научно-информационный журнал. 2008, № 3, с.106 – 113.
23. Григорьянц, И.А. Психолого-педагогическая помощь в деятельности спортсменов [Электронный ресурс] / И.А. Григорьянц – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/p36-38.htm>
24. Григорьянц, И.А. Проблема готовности к соревнованию в спорте [Электронный ресурс] / И.А. Григорьянц. – Режим доступа: <http://www.infosport.ru/press/tpfk/1999N4/p37-38.htm>
25. Двали, Г.М. Психологическая помощь тренера спортсмену во время соревнований//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С.269-275.
26. Джемгаров, Т. Т. Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С.14 -21.
27. Душкин, А.С. Модель психологического сопровождения профилактической деятельности сотрудников подразделений по делам несовершеннолетних органов внутренних дел [Электронный ресурс] // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2010. – С. 38-43. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/147c674f-4c88-4d6d-8e7d-af004640d0f9/>
28. Дука, А. О двух типах личности спортсмена (по материалам зарубежных исследований) / А. Дука // Человек в мире спорта: Новые идеи, технологии, перспективы : Тез.докл. Междунар. Конгр. – Т. 2. – М.: 1998.– С. 369-370.
29. Зефирова, Е.В. Точность психологического прогнозирования успешности выступлений спортсменов-единоборцев [Электронный ресурс] // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта – СПб., 2010. – С. 39-44. – Режим доступа: <http://www.libsport.ru/doc/45880706-0a01-41f6-a4bc-16b06f233c99/>
30. Иванов, И.Б. Психологическое консультирование как средство помощи спортсменам, завершающим спортивную карьеру. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, – СПб., 2008. – С. 33 – 36
31. Ильин, Е.П. Состояния монотонии у спортсменов // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С. 88-98.
32. Ильин, Е.П. Состояние наивысшей готовности и работоспособности спортсмена // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. и общая редакция И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С.253-260.
33. Ильин, Е.П. Стили спортивной деятельности // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С.128-136.
34. Качанова, Н. Исследование психологии спортсмена в условиях соревнований Н. Качанова, А. Ашурков/<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/p32-33.htm>
35. Крылов, А. Некоторые проблемы психологии спорта в современном мире//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.37 - -42.

36. Колешао, А.А. Психологические особенности спортивной борьбы//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.346 - 351.
37. Кирьянова, Л. А. Особенности проявления типологических свойств нервной системы легкоатлетов-спринтеров //Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, Показать все документы источника, 5 от 11/6/2010, стр. 38 – 42 Авторы: Кирьянова Л. А., Анисимова Е. А.<http://www.libsport.ru/doc/85188731-0b39-4b29-bd7a-184306c24a9c/>
38. Леевик, Г. Е. Черты характера спортсменов разного уровня мастерства//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.136 - 152.
39. Ложкин, Г. Интерперсональные конфликты в спортивной команде / Г.Ложкин <http://lib.sportedu.ru/GetText.idc?TxtID=467>
40. Малиновский, С. В. Реализация проблемных ситуаций тактико-технических задач с помощью технических средств обучения/ С.В. Малиновский ,В.Г. Пашинцев // Теория и практика физ. культуры. - 2000. - N 2. - С. 46-50.
41. Малинаускас, Р.К. Особенности психической надёжности баскетболистов различной квалификации//Физическое воспитание студентов, 1 от 22/1/2010 Авторы: Малинаускас Р.К., Брусокас А.Р.
42. Маришук, Л. Методы психодиагностики в спорте//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.279 - 289.
43. Маришук, В.Л. Пеньковский, Е.А. Воспитательная работа с высококлассными атлетами//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.174 - 188.
44. Меньщикова, Л. Публичность соревнований как фактор психологического воздействия на личность спортсмена//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.355 - 361.
45. Мунтян, В.С. Оптимизация результативности соревновательной деятельности спортсменов на основе повышения уровня их психологической устойчивости //Физическое воспитание студентов, Показать все документы источника, 3 от 16/4/2010, стр. 55 – 58 Автор: Мунтян В.С.
46. Мицкевич, Э. Индивидуальное управление учебно-тренировочным процессом высококвалифицированных спортсменов-дзюдоистов// Теория и практика физической культуры, Показать все документы источника, 12 от 12/2007, стр. 52 Автор: Мицкевич Э. <http://www.libsport.ru/doc/0bba6646-c734-42fd-88ab-b003a72ffc05/>
47. Николаев, А. Н. Влияние факторов «чужого поля» на выступления футболистов//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.351 - 355.
48. Неверкович, С.Д. Спортивная деятельность: психические состояния, диагностика, отбор /С.Д. Неверкович, У.Ш. Сундетова /<http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2003n5/p43-htm>
49. Озолин, Э.С. Психология - фактор, определяющий успех в спорте (по страницам зарубежной печати)/ Э.С. Озолин/<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2004n11/p26,39-41.htm>
50. Орешкина, Т. И. Развитие свойств психических процессов как составляющая психологической подготовки спортсмена//Вестник спортивной науки, Показать все документы источника, 2 от 2/4/2009, стр. 8 - 11Авторы: Орешкина Т. И. Маркиянов О. А., Орлов А. И.
51. Палайма, Ю. Ю. Преодоление отрицательных эмоциональных состояний в спорте//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.98 - 107.



52. Пуни, А. Ц. Очерк истории психологии спорта//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.24 -31.
53. Пуни, А. Ц. Формирование и актуализация мотивов участия в соревнованиях//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.219 - 231.
54. Пуни, А. Ц. О психологической разведке в подготовке к соревнованию//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.246 - 250.
55. Пуни, А.Ц. Методы психологического исследования в спорте//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.275 - 279.
56. Портных, И. Воспитательное влияние психологии побед и поражений в спорте//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.202 - 210.
57. Пилюян, Р.А. Мотивы и мотивация спортивной деятельности//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.202 - 219.
58. Пилюян, Р.А. Двигательная структура спортивной борьбы с точки зрения теории деятельности/Р.А. Пилюян, Ю.А. Шахмурадов/ <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/1997N3/p5-8.htm>
59. Пономарёв, П.Л. Взгляд психолога на существующую систему подготовки спортсменов. Синдром спортивной дедовщины. Автор: Пономарёв П.Л. / <http://www.sportsv.ru/articles.php?nm=8&PHPSESSID=1bb3addab16c1d1d9b766baf86840716>
60. Починкин, А.В.Противостояние любительского и профессионального спорта в олимпийском движении: историко-теоретический анализ/ А.В.Починкин Московская государственная академия физической культуры, Малаховка /«Материал Научно-издательского центра: "Теория и практика физической культуры" <http://www.bmsi.ru/doc/580f5f59-d301-462d-a5f4-81bddeea10b5/>
61. Полишкис, М. С. Личностные факторы эффективности и надёжности соревновательной деятельности юных футболистов/ М.С.Полишкис, О.В.Дашкевич, И.А.Клесов/ <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/1998N2/p47-50.htm>
62. Радченко, Л. Н. Опыт аутогенной тренировки борцов//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.250 - 253.
63. Румянцева, В. И., Руйбите, Л. М. Восприятие и понимание друг друга в спортивном общении//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.361 - 188.
64. Рудик, П.А. О нравственном воспитании спортсмена//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.188 - 196.
65. Родионов, А. В. Психология спорта высших достижений//Спортивная психология в трудах отечественных специалистов/ Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.303 - 308.
66. Самохина, А. Факторы, влияющие на результат соревновательной деятельности.Самохина Анна.<http://sport-psychology.narod.ru/faktori.htm>
67. Сараф, М.Я. Профессионализация спорта и спортивная этика М.Я. Сараф / <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2001N7/p32-33.htm>
68. Староста, В. Современная система отбора юных спортсменов для занятий спортом /Влодзимеж Староста <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2003N2/p51-55.htm>// Физическая культутра №2, 2003год

69. Стамбулова, Н. Б. Психологическая структура спортивной деятельности // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.32 - 37.
70. Стамбулова, Н. Б. О формировании спортивно важных психических свойств спортсмена // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. И общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. С.64 - 73.
71. Стамбулова, Н. Б. Кризисы спортивной карьеры / Н.Б.Стамбулова / <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/1997N10/p13-17.htm>
72. Станиславская, И.Г. Трудности завершения спортивной карьеры // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, Показать все документы источника, 2 от 2/2/2009, стр. 31 – 35
73. Соколов, А. Н. Влияние психологической готовности на предстартовое состояние и результативность соревновательной деятельности дзюдоистов различной квалификации // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, Показать все документы источника, 3 (37) от 3/2008, стр. 13 – 17 // Соколов Александр Николаевич, Чикуров Александр Игнатович, Шумилин Александр Петрович, Бабушкин Геннадий Дмитриевич <http://www.libsport.ru/doc/3419e2e1-2bbc-4a13-85fe-b301f29ee630/>
74. Смирнова, В.В. Соотношение компонентов психологического сопровождения спортивной деятельности. Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, Показать все документы источника, 10 от 9/11/2009, стр. 89 – 93 Автор: Смирнова Виктория Викторовна / Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта
75. Смирнов, Б.Н. Психологические механизмы эмоционально-волевой саморегуляции в спорте / Б.Н. Смирнов / <http://lib.sportedu.ru/Press/tpfk/1999n12/p28-32.htm>
76. Смирнов, Ю.И. Надежность в спорте: исходные понятия и основные показатели Ю.И.Смирнов, И.И.Зулаев / <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/1996N4/p26,39-43.htm>
77. Сивицкий, В.Г. Условия эффективности психологического сопровождения спортсменов Сивицкий В.Г.- / <http://www.niito.ru/psy/15%208%20spps>
78. Сивицкий, В.Г. Система психологического сопровождения спортивной деятельности В.Г. Сивицкий / <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2006n6/p40-43.htm>
79. Сопов, В. Ф. Элементы психологической подготовки спортсмена высокого класса // Теория и методика психологической подготовки в современном спорте, Автор: Сопов В. Ф. / <http://www.libsport.ru/doc/614a4141-96ab-414e-8145-fad6b7005579/>
80. Сопов, В. Ф. Условия психологической подготовки спортсмена к максимальному спортивному результату // Теория и методика психологической подготовки в современном спорте, Автор: Сопов В. Ф. <http://www.libsport.ru/doc/e94fb41d-fa50-4f14-8230-5fac95853c7c/>
81. Сысоев, Ю.В. Направленность и пути формирования мотивов спортивной деятельности в коллективах сборных команд России / Ю.В. Сысоев / <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2000n3/p2-8.htm>
82. Сыпачевский, А. Стили деятельности, индивидуальный стиль и подготовка спортсменов в настольном теннисе / А. Сыпачевский / <http://lib.sportedu.ru/books/xxpi/2002n8/p61-68.htm>
83. Таймазов, В.А. Английский бокс: смысловая структура среднестандартного боя // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С.339-346.
84. Толочек, В.А. Структура и форма индивидуального стиля деятельности в спорте / <http://www.voppsy.ru/issues/1984/845/845137.htm>
85. Толочек, В.А. Индивидуальный стиль деятельности — устойчивость и изменчивость В.А. Толочек <http://www.voppsy.ru/issues/1987/874/874100.htm>
86. Тимакова, Т. Критерии спортивной пригодности в многолетней подготовке спортсменов (циклические виды спорта) / Т. Тимакова / <http://lib.sportedu.ru/GetText.idc?TxtID=494>

87. Федорова, О.В. Изучение типологических особенностей спортсменов разной специализации / О.В. Федорова, Е.Н. Фомина, А.А. Козак // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 2. – С. 116-118.
88. Харченко, В.С. Профессиональный спорт - профессия или возможности / <http://do.teleclinica.ru/375132/>
89. Черникова, О.В. Эмоциональные состояния в спорте // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – С.73-78.
90. Шихвердиев С.Н. Задачи психологического сопровождения спортсменов, завершающих спортивную карьеру и эффекты его реализации//Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта, Показать все документы источника, 6 от 11/7/2010, стр. 113 – 116 /<http://www.libsport.ru/doc/297ab1b8-58d7-47e7-b4e3-1599814c81d8/>
91. Яковлев, Б.П. Теоретические аспекты исследования психической нагрузки в спортивной деятельности / Яковлев Б.П./ <http://vlgifk.narod.ru/yakovlev.htm>
92. Яковлев, Б.П. Психическая нагрузка: практические аспекты ее исследования в условиях спортивной деятельности / Б.П. Яковлев/ <http://lib.sportedu.ru/press/tpfk/2000N5/p25-26,39-41.htm>

#### **Перечень дополнительной литературы на английском языке Для самостоятельного изучения**

1. Crust, L. Leadership preferences of mentally tough athletes [Electronic resource] / L. Crust, K. Azadi // Personality and Individual Differences. – 2009. – N 47. – P. 3326-330. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)
2. Reesa, T. Construct validity of the social support survey in sport [Electronic resource] / T. Reesa, L. Hardy, L. Evans // Psychology of Sport and Exercise. – 2007. – N 8. – P. 355-368. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)
3. Law, B. Observational learning use and self-efficacy beliefs in adult sport novices [Electronic resource] / B. Law, C. Hall // Psychology of Sport and Exercise. – 2009. – N 10. – P. 263-270. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)
4. Fletcher, D. Organizational psychology in elite sport: Its emergence, application and future [Electronic resource] / D. Fletcher, Ch.R.D. Wagstaff // Psychology of Sport and Exercise. – 2009. – N 10. – P. 427-434. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)1469-0292/\$ – see front matter \_ 2009 Elsevier Ltd. All rights reserved.doi:10.1016/j.psychsport.2009.03.009
5. Influence of coaches' autonomy support on athletes' motivation and sport performance: A test of the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation [Electronic resource] / N. Gillet, R.J. Vallerand, S. Amoura, B. Baldes // Psychology of Sport and Exercise.. – 2010. – N 11. – P. 155-161. Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)
6. Stressors, social support and psychological responses to sport injury in high- and low-performance standard participants [Electronic resource] / T. Rees, I. Mitchell, L. Evans, L. Hardy // Psychology of Sport and Exercise. – 2010. – N 11. – P. 505-512. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)
7. The social side of self-talk: Relationships between perceptions of support received from the coach and athletes' self-talk [Electronic resource] / N. Zourbanos, A. Hatzigeorgiadis, M. Goudas, A. Papaioannou, S. Chroni, Y. Theodorakis // Psychology of Sport and Exercise. – 2011. – N 12. – P. 407-414. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)
8. Examining coachathlete interactions using state space grids: An observational analysis in competitive youth sport [Electronic resource] / K. Erickson, J. Côté, T. Hollenstein, J. Deakin // Psychology of Sport and Exercise. – 2011. – N 12. – P. 645-654. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)

9. Rahim, A. Social Support Mechanism and Input Factors on Catharsis Predictors in Sport [Electronic resource] / A. Rahim, M. Shariff, R. Mustaphaa // *Procedia Social and Behavioral Sciences*. – 2010. – N 7. – P. 588-591. – Access mode: [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)1877-0428 © 2010 Published by Elsevier Ltd.doi:10.1016/j.sbspro.2010.10.079
10. Soflu, H.G. The Comparison of emotional intelligence and psychological skills and their relationship with experience among individual and Team athletes in superior league [Electronic resource] / H.G. Soflu, N. Esfahani, H. Assadic // *Procedia Social and Behavioral Sciences*. – 2011. – N 30. – P. 2394-2400. – Access mode: [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com) 1877-0428 © 2011 Published by Elsevier Ltd. Selection and/or peer-review.
11. Podloga, L. The psychosocial aspects of a return to sport following serious injury: A review of the literature from a self-determination perspective [Electronic resource] / L. Podloga, R.C. Eklundb // *Psychology of Sport and Exercise*. – 2007. – N 8. – P. 535-566. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)
12. Meta experiences and coping effectiveness in sport [Electronic resource] / A. Nieuwenhuys, L. Vos, S. Pijpstra, F.C. Bakker // *Psychology of Sport and Exercise*. – 2011. – N 12. – P. 13-143. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)
13. Attributional style and athletic performance: Strategic optimism and defensive pessimism [Electronic resource] / S. Randall, A. Gordon // *Psychology of Sport and Exercise*. – 2008. – N 9. – P. 336-350. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)
14. Shariati, M. Comparison of personality characteristics athlete and non-athlete Student [Electronic resource] / M. Shariati, S. Bakhtiari // *Procedia Social and Behavioral Sciences*. – 2011. – N 30. – P. 2312-2315. – Access mode: [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com) 1877-0428 © 2011 Published by Elsevier Ltd. Selection and/or peer-review.
15. Passion for coaching and the quality of the coachathlete relationship: The mediating role of coaching behaviors [Electronic resource] / M.-A.K. Lafrenière, S. Jowett, R.J. Vallerand, N. Carbonneau // *Psychology of Sport and Exercise*. – 2011. – N 12. – P. 144-152. Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)
16. The psychosocial aspects of a return to sport following serious injury: A review of the literature from a self-determination perspective / L. Podloga, R.C. Eklundb // *Psychology of Sport and Exercise*. – 2007. – N 8. – P. 535-566.
17. UK chartered physiotherapists' personal experiences in using psychological interventions with injured athletes: An Interpretative Phenomenological Analysis [Electronic resource] / M. Arvinen-Barrowa, G. Penny, B. Hemmings, S. Corr // *Psychology of Sport and Exercise*. – 2010. – N 11. – P. 58-66. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport).
18. The effect of parental feedback on young athletes' perceived motivational climate, goal involvement, goal orientation, and performance [Electronic resource] / L. Gershgoren, G. Tenenbaum, A. Gershgoren, R.C. Eklund // *Psychology of Sport and Exercise*. – 2011. – N 12. – P. 481-489. – Access mode: [www.elsevier.com/locate/psychsport](http://www.elsevier.com/locate/psychsport)

### **Перечень тем и направлений диагностических исследований**

Тема 1. Методы исследования психомоторики спортсменов.

Тема 2. Методы исследования изучения интеллектуальных свойств спортсменов.

Тема 3. Методы исследования личности спортсменов и тренеров.

Тема 4. Методы исследования личности тренеров.

Тема 5. Методы исследования темперамента спортсменов.

Тема 6. Методы исследования психических состояний спортсменов в деятельности.

Тема 7. Методы исследования мотивации спортивной деятельности.

Тема 8. Методы исследования психологических аспектов общения тренера со спортсменами.

Тема 9. Методы исследования межличностных отношений в спортивной команде.

Тема 10. Методы исследования командной сплоченности.

Тема 11. Методы исследования проблемы лидерства в спортивной команде.

Тема 12. Методы исследования влияния соревновательной деятельности на личность спортсменов.

Тема 13. Методы исследования агрессивности спортсменов.

Тема 14. Методы исследования тревожности спортсменов.

### **Перечень проблем для анализа**

1. Психологические аспекты адаптации к условиям соревнований.
2. Психологические аспекты воздействия на противника.
3. Особенности развития волевых качеств спортивной деятельности.
4. Психологическая готовность к соревновательной деятельности.
5. Психологическая устойчивость спортсмена.
6. Психическая надежность спортсмена.
7. Женские и мужские роли в спорте.
8. Психологические особенности периода завершения спортивной карьеры.
9. Влияние спортивной деятельности на развитие личности спортсмена.
10. Формирование индивидуального стиля деятельности спортсмена.
11. Психологические причины возникновения и развития конфликтов в спорте.
12. Кризисы спортивной карьеры.
13. Психологические аспекты феномена лидерства в спорте.
14. Мотивация спортивной деятельности.
15. Психологическое напряжение и перенапряжение в спорте.
16. Методы и средства формирования групповой сплоченности.
17. Психологические критерии отбора в спорте.
18. Психологическое сопровождение в спорте.
19. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
20. Формирование приемов саморегуляции спортсмена.
21. Психологические аспекты совладающего поведения спортсмена.
22. Социализация личности в спорте.
23. Психологические методы и средства развития тактического мышления спортсмена.
24. Психологические аспекты целеполагания в спорте.

### **Тематика рефератов**

1. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе.
2. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности.
3. Особенности тактического мышления спортсмена.
4. Психологические особенности личности тренера.
5. Факторы, влияющие на формирование личности спортсмена.
6. Социально-психологические особенности спортивной группы.
7. Лидерство в спортивной группе.
8. Социально-психологический климат в спортивной группе.
9. Психологические основы диагностики в спорте.
10. Психологическое обеспечение тренировок и соревнований.
11. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
12. Методы изучения структурных компонентов личности спортсменов.
13. Исследование личности спортсмена в системе общественных отношений.
14. Психологические основы общения в спорте.
15. Особенности социализации в спорте.
16. Особенности проявления агрессии в спорте.

17. Самооценка как фактор, влияющий на результативность спортсмена.
18. Влияние социальной фасилитации на результативность в спорте.
19. Социальное подкрепление как фактор, влияющий на двигательное поведение.
20. Мотив, как средство стимуляции спортсмена.
21. Тревожность и результативность в спорте.
22. Влияние зрителей на выполнение двигательных задач.
23. Уровень притязаний и потребности достижений в группе.
24. Волевые усилия в спорте.
25. Психодиагностика групповой сплоченности в спортивных командах.
26. Особенности проявления темперамента в спорте.
27. Конфликты в спортивных коллективах.
28. Межнациональная толерантность в спорте.
29. Психологические особенности юношеского спорта.
30. Физическое напряжение и психическое здоровье спортсмена.
31. Влияние социально-психологических факторов на деятельность спортивной группы.
32. Классификация методов и техник психического воздействия на спортсмена.
33. Теория и практика психологического консультирования спортсмена.
34. Психотерапия в спорте.
35. Преодоление соревновательного стресса.
36. Психологический кризис в спорте.

#### **Методические рекомендации по составлению кроссвордов**

Часто применяемыми программами для составления кроссвордов являются Crossword Forge, EasyCross, Decalion. Для составления кроссвордов так же можно использовать Microsoft Word, Excel, PowerPoint. Однако использование данных программ сопряжено с большим количеством операций форматирования ячеек таблицы, из которой должен состоять кроссворд.

При составлении кроссворда необходимо четко следовать нескольким правилам.

1. Составитель кроссворда, при его составлении должен использовать те термины и понятия, которые отражают содержание изучаемой дисциплины.
2. Определения терминов и понятий должны быть сформулированы корректно.
3. Составляемый кроссворд должен состоять не менее чем из 35-40 из отобранных терминов и понятий.
4. Расположение слов по вертикали или по горизонтали зависит от фантазии выполняющего задание.

Выполненный в соответствии с правилами кроссворд оформляется следующим образом.

Работа должна иметь титульный лист установленного образца. Далее следует сам кроссворд. На следующих страницах размещают формулировки терминов и понятий, а также перечень правильных ответов к кроссворду.

Основным критерием оценки работы является соответствие требованиям оформления.

#### **5. Учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля).**

##### **1. Электронные ресурсы на основе лицензионных договоров ФГБОУ ВО «АГУ»**

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам **windows.edu.ru**
2. Электронная библиотека портала «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» <http://www.ict.edu.ru/lib>
3. eLIBRARY.RU [www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru)
4. Социальная образовательная сеть nsportal.ru - <https://nsportal.ru>
5. Wiley [www.wiley.com](http://www.wiley.com); [www.onlinelibrary.wiley.com](http://www.onlinelibrary.wiley.com)
6. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

7. ЭБС «Юрайт» [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru)  
 8. ФГБУ «Российская государственная библиотека» <http://dvs.rsl.ru>  
**Международные базы данных научных изданий**

**Web of Science** <https://apps.webofknowledge.com>

**Scopus** <https://www.scopus.com/search/>

**Elsevier** («Эльзевир») <https://www.elsevier.com/>

## 2. Интернет-ресурсы открытого доступа (Open Access)

**Официальный сайт науки и высшего образования РФ** <https://minobrnauki.gov.ru/>  
**Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам"**  
<http://window.edu.ru/>

**Базы данных ИНИОН РАН** <http://inion.ru/resources/bazy-dannykh-inion-ran/>

**Университетская информационная система Россия** [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)

### Психологические науки

Российская психология: информационно-аналитический портал

Портал психологических изданий PsyJournals.ru

Флогистон: библиотека по психологии

Электронная библиотека Московского государственного психолого-педагогического университета (ЭБ МГППУ)

Психология на русском языке: новости, библиотека, обучение, тесты

Психологическая библиотека

Таблица 5.1. Основная литература

№ п/п	Наименование, библиографическое описание
1.	Багадирова, С.К. Материалы к курсу "Спортивная психология" : учебное пособие / С.К. Багадирова. - Москва : Директ-Медиа, 2014. - 247 с. [Электронный ресурс]. - «Университетская библиотека онлайн» - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232089">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=232089</a>

Таблица 5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Наименование, библиографическое описание
1.	Спортивная психология : учебник / под ред. Г.Д. Бабушкина ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2012. - 440 с. [Электронный ресурс]. - «Университетская библиотека онлайн» - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274897">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274897</a>
2.	Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности : учебное пособие / С.К. Багадирова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 198 с. [Электронный ресурс]. - «Университетская библиотека онлайн» - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=344694">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=344694</a>
3.	Ильина, Н.Л. Психология тренера : учебное пособие / Н.Л. Ильина ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. -

	109 с. [Электронный ресурс]. - «Университетская библиотека онлайн» - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=457948">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=457948</a>
4.	Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха / В.К. Сафонов. – Москва : Спорт, 2017. – 289 с. [Электронный ресурс]. - «Университетская библиотека онлайн» - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=471236">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=471236</a>
5.	Дергач, Е.А. Уход из спорта: причины и особенности : монография / Е.А. Дергач, С.К. Рябинина. – Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2012. – 174 с. [Электронный ресурс]. - «Университетская библиотека онлайн» - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=229592">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=229592</a>
6.	Близневский, А.А. Управление спортивной мотивацией юных дзюдоистов : монография / А.А. Близневский, А.П. Шумилин ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет. – Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2015. – 92 с. [Электронный ресурс]. - «Университетская библиотека онлайн» - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=435659">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=435659</a>
7.	Бердюгина, Н.П. Исследование «соревновательной активности» личности : монография / Н.П. Бердюгина. – Москва : Лаборатория книги, 2012. – 135 с. [Электронный ресурс]. - «Университетская библиотека онлайн» - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=140423">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=140423</a>

Таблица 5.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

№ п/п	Название (адрес) ресурса
	Международный олимпийский комитет (сокр. МОК) <a href="http://www.olympic.org">http://www.olympic.org</a> - — международная организация, созданная для возрождения Олимпийских игр и пропагандирования олимпийского движения.
	Международная Ассоциация Легкоатлетических Федераций (англ. International Association of Athletics Federations (IAAF), в русском языке обычно используется сокращение ИААФ) <a href="http://www.iaaf.org">http://www.iaaf.org</a> — всемирный руководящий орган в лёгкой атлетике. IAAF определяет международные правила проведения соревнований и ведёт мировой рейтинг ведущих спортсменов легкоатлетов.
	Европейская ассоциация лёгкой атлетики <a href="http://www.european-athletics.org">http://www.european-athletics.org</a> - ЕАА (англ.) — European Athletic Association —под эгидой которой проводятся Чемпионаты Европы (открытый и закрытый).
	Ассоциация лёгкой атлетики США <a href="http://www.usatf.org">http://www.usatf.org</a> - USA T&F (англ.) USA Track and Field.
	Олимпийский Комитет России / <a href="http://www.olympic.ru">http://www.olympic.ru</a> - Официальное интернет-представительство ОКР.
	Национальная информационная сеть "СПОРТИВНАЯ РОССИЯ"/ <a href="http://www.infosport.ru">http://www.infosport.ru</a> -
	Отраслевой банк данных "СПОРТИВНАЯ РОССИЯ"/ <a href="http://bank.infosport.ru">http://bank.infosport.ru</a> - Проект ОГ "ИнфоСпорт".



Таблица 5.4. Периодические издания

№ п/п	Наименование
	Психологический журнал — ведущее российское <u>научное издание</u> в области <u>психологии</u> . Основан в январе <u>1980 года</u> членом-корреспондентом АН СССР <u>Б. Ф. Ломовым</u> . Учредитель — <u>Институт психологии РАН[1]</u> . Выходит 6 раз в год, объём 13 <u>печатных листов</u> . С 2007 года входит в <u>Список научных журналов ВАК Минобрнауки России</u> . Включён в базу данных <u>Scopus</u> . Выходит с 1955 года.
	Вопросы психологии — советский и российский <u>научный журнал</u> в области <u>психологии</u> . Выходит 6 раз в год, объём — 12 печатных листов. Учредителем является <u>Российская академия образования</u> . Включён в <u>список научных журналов ВАК Минобрнауки России, Web of Science и Scopus</u> .
	«Вестник Московского университета» — <u>научный журнал Московского государственного университета</u> , публикующий результаты важнейших научных исследований, проводимых в университете[1]. Разбит на <u>29 тематических серий</u> , выпускающихся самостоятельно с собственными <u>ISSN</u> , каждая серия выходит 4—6 раз в год. Выходит с 1946 года.
	Журнал «Спортивный психолог» - публикует оригинальные теоретические, экспериментальные и прикладные работы, а также обзоры отечественных и зарубежных исследований. Основная цель издания – освещение результатов научных исследований и практической работы ученых и практиков в сфере психологии физической культуры и спорта. Журнал «Спортивный психолог» включен в перечень ВАК.

## 6. Образовательные технологии

Таблица 6. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
1	2	3	4
1.	<b>Модуль I. Развития личности в спортивной деятельности</b>	<i>Лекция 1-2.</i>	Материал изучается блоком (технология модульного обучения)
		<i>Практические занятие 1.</i>	Опрос по вопросам к модулю. Решение кейс-задач. Мастер-класс: «Методы изучения предсоревновательных, соревновательных и постсоревновательных состояний спортсменов». Изучение методик: Методика САН (самочувствие, активность, настроение). Опросник НПН (признаки нервно-психического напряжения). Методика «Определение состояния фрустрации». Методика разработана В.В. Бойко. Модифицированная шкала личностной соревновательной

			тревожности (СТ) Р. Мартенса (Ю. Л. Ханин, 1983).
		<i>Самостоятельная работа</i>	Консультирование и проверка домашних заданий выполненных и представленных обучающимися в системе Moodle
2.	<b>Модуль II. Профессионализация личности в спорте</b>	<i>Лекция 3-4.</i>	Материал изучается блоком (технология модульного обучения)
		<i>Практические занятие.</i>	Опрос по вопросам к теме. Решение кейс-задач. Мастер – класс: «Средства психологической защиты спортсменов». 1. Методы избавления спортсменов от страхов и фобий. 2. Методы избавления спортсменов от неприятных ощущений и навязчивых состояний. Методы избавления спортсменов от стрессов и плохих воспоминаний.
		<i>Самостоятельная работа</i>	Консультирование и проверка домашних заданий выполненных и представленных обучающимися в системе Moodle
	<b>Модуль III. Психологическое обеспечение спортивной деятельности</b>	<i>Лекция 5.</i>	Материал изучается блоком (технология модульного обучения)
		<i>Практические занятие.</i>	Опрос по вопросам к теме. Решение кейс-задач. Мастер – класс: «Регуляция предсоревновательного поведения спортсмена». 1. Формулирование целей спортивной деятельности, как предиктор достижения результатов спортсменом. 2. Механизмы возникновения и развития психических состояний спортсменов в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности: утомления, напряженности, состояния тревожного ожидания, состояния страха, фрустрации, монотонии. Методы изучения предсоревновательных, соревновательных и постсоревновательных состояний спортсменов.
		<i>Самостоятельная работа</i>	Консультирование и проверка домашних заданий выполненных и представленных обучающимися в системе Moodle

## 7. Методические рекомендации по дисциплине (модулю).

### Методические рекомендации преподавателю

Изучив содержание учебной дисциплины, целесообразно разработать матрицу наиболее предпочтительных методов обучения и форм самостоятельной работы студентов, адекватных видам лекционных и семинарских занятий.

Необходимо предусмотреть развитие форм самостоятельной работы, выводя студентов к завершению изучения учебной дисциплины на её высший уровень. По учебному плану предусмотрено проведение разного типа занятий.

Вузовская лекция – главное звено дидактического цикла обучения. Её цель – формирование у студентов ориентировочной основы для последующего усвоения материала методом самостоятельной работы. Содержание лекции должно отвечать следующим дидактическим требованиям:

- изложение материала от простого к сложному;
- логичность, четкость и ясность в изложении материала;
- возможность проблемного изложения, дискуссии, диалога с целью активизации деятельности студентов;
- опора смысловой части лекции на подлинные факты, события, явления, статистические данные;
- тесная связь теоретических положений и выводов с практикой и будущей профессиональной деятельностью студентов.

Преподаватель, читающий лекционные курсы в вузе, должен знать существующие в педагогической науке и используемые на практике варианты лекций, их дидактические и воспитывающие возможности, а также их методическое место в структуре процесса обучения.

Лекции читаются с использованием наглядных пособий и электронных презентаций, с применением современных методов обучения, стимулирующих познавательную активность. В начале каждого практического занятия преподаватель организует повторение изученного на лекции материала по контрольным вопросам к данному практическому занятию, вспоминает со студентами понятийный аппарат. При возникновении затруднений у студентов при решении задач преподаватель подробно разбирает каждый шаг решения с обязательным вовлечением студентов группы в процесс обсуждения алгоритма решения задачи.

В условиях преобладающего теоретического обучения обязательным условием для формирования умений и навыков является усвоение теоретического материала, поэтому вопросы контроля должны проверять тот теоретический материал, содержание которого представлено в конспекте лекции и указанной литературе. Перечень рассматриваемых вопросов по теме преподаватель формирует во время чтения лекции.

По уровню сложности предусматриваются самые различные вопросы, предполагающие воспроизведение и закрепление теоретического материала, проверку его осмысления, вопросы на обобщение, анализ и синтез и др. Обязательно предусматриваются контрольные вопросы на проверку усвоения определений ключевых понятий, знание фактов, теорий, концепций, то есть всего того, что определяет основное содержание темы.

Вопросы и задания для контроля должны позволить студентам самостоятельно определить уровень усвоения учебного материала по теме, представленного в лекции, на практическом занятии.

Семинар проводится по узловым и наиболее сложным вопросам (темам, разделам) учебной программы. Он может быть построен как на материале одной лекции, так и на содержании обзорной лекции, а также по определённой теме без чтения предварительной

лекции. Главная и определяющая особенность любого семинара – наличие элементов дискуссии, проблемности, диалога между преподавателем и студентами и самими студентами.

При подготовке классического семинара желательно придерживаться следующего алгоритма:

*а) разработка учебно-методического материала:*

- формулировка темы, соответствующей программе;
- определение дидактических, воспитывающих и формирующих целей занятия;
- выбор методов, приемов и средств обучения для проведения семинара;
- подбор литературы для преподавателя и студентов;
- при необходимости проведение консультаций для студентов;

*б) подготовка студентов и преподавателя:*

- составление плана семинара из 3-4 вопросов;
- предоставление студентам 4-5 дней для подготовки к семинару;
- предоставление рекомендаций о последовательности изучения литературы (учебники, учебные пособия, законы и постановления, руководства и положения, конспекты лекций, статьи, справочники, информационные сборники и бюллетени, статистические данные и др.);
- создание набора наглядных пособий.

Подводя итоги семинара, можно использовать следующие критерии (показатели) оценки ответов:

- полнота и конкретность ответа;
- последовательность и логика изложения;
- связь теоретических положений с практикой;
- обоснованность и доказательность излагаемых положений;
- наличие качественных и количественных показателей;
- наличие иллюстраций к ответам в виде исторических фактов, примеров и пр.;
- уровень культуры речи;
- использование наглядных пособий и т.п.

В конце семинара рекомендуется дать оценку всего семинарского занятия, обратив особое внимание на следующие аспекты:

- качество подготовки;
- степень усвоения знаний;
- активность;
- положительные стороны в работе студентов;
- ценные и конструктивные предложения;
- недостатки в работе студентов;
- задачи и пути устранения недостатков.

При проведении аттестации студентов важно всегда помнить, что систематичность, объективность, аргументированность – главные принципы, на которых основаны контроль и оценка знаний студентов. Знание критериев оценки знаний обязательно для преподавателя и студента.

### **Методические указания студентам по дисциплине**

Профессиональная подготовка в современных вузах строится по принципу «от теории к практике», что создает базу для формирования умений и владений (навыков) на основе усвоения теоретического материала. Именно поэтому следует особое внимание уделять качеству усвоения теоретического материала.

Изучение дисциплины предусматривает лекционные и практические занятия, а также самостоятельную работу. Изучение курса завершается промежуточной аттестацией. Успешное изучение курса требует посещения лекций, активной работы на практических

занятиях, выполнения всех учебных заданий, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Цель лекции – формирование ориентировочной основы для последующего усвоения студентами учебного материала. Лекция в процессе изучения дисциплины позволяет представить студенту новый учебный материал, разъяснить темы, трудные для понимания, систематизировать учебный материал, сориентировать в структуре и содержании учебного процесса.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации для практического занятия и указания для выполнения самостоятельной работы.

В ходе лекционных занятий обучающемуся необходимо вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание изучаемой дисциплины, научные выводы и практические рекомендации.

Материал каждой лекции должен быть проработан: должны быть выделены определения, понятия, законы, теоремы и их доказательства (при наличии). Должна быть усвоена логическая связь элементов изученного материала.

При параллельной работе с учебной литературой необходимо конспектировать прорабатываемый материал. Все непонятные моменты следует обязательно разобрать с преподавателем на занятии или в рамках СР.

Подготовка к лекции заключается в следующем: прочитайте учебный материал по теме лекции в учебниках и учебных пособиях, уясните место изучаемой темы в своей профессиональной подготовке, выпишите основные термины, уясните, какие учебные элементы остались для вас неясными, запишите вопросы, которые вы зададите лектору на лекции.

Практическое занятие – форма организации обучения, которая направлена на формирование практических умений и навыков и является связующим звеном между самостоятельным теоретическим освоением студентами учебной дисциплины и применением ее положений на практике. Практическое занятие позволяет развить у студентов профессиональную культуру и профессиональную коммуникацию. Преподаватель в этом случае является координатором обсуждений предложенных практических заданий, подготовка которых является обязательной. Поэтому тема, практические задания и основные источники обсуждения предлагаются студентам заранее. Цели обсуждения и выполнения заданий направлены на формирование знаний, умений и навыков профессиональной полемики и формирование компетенций. На этапе подготовки доминирует самостоятельная работа студентов по решению проблем и заданий, а в процессе занятия идет активное обсуждение, дискуссии и выступления студентов, где они под руководством преподавателя делают обобщающие выводы и заключения.

Зная тему практического занятия, необходимо готовиться к нему заблаговременно: читать рекомендованную и дополнительную литературу, конспект лекций, методические указания к практическим занятиям, структурировать материал, составлять словарь терминов, отвечать на контрольные вопросы, решать ситуационные задачи и т.п. На практическом занятии вы можете получить консультацию преподавателя по любому учебному вопросу изучаемой темы.

Под самостоятельной работой студентов понимают учебную деятельность студентов, которая организована преподавателями, но осуществляется студентом без непосредственного участия преподавателя в учебной деятельности студента. Все виды самостоятельной работы студентов по дисциплине представлены в фонде оценочных средств. Четкая организация самостоятельной работы студентов делает ее эффективной. Это обеспечивается предоставлением студентам: учебных и учебно-методических

пособий; тематических планов лекций, практических занятий, образцов контрольных работ, тестов, кейсов и др.; перечня знаний и умений, которыми они должны овладеть при изучении дисциплины; информации о процедуре сдачи зачета и экзамена и др. Ответы представляются в письменной форме (печатной, непосредственно преподавателю, или электронной).

Самостоятельная работа студента является основным средством овладения учебным материалом во время, свободное от обязательных учебных занятий. Она включает в себя выполнение различного рода заданий, которые ориентированы на более глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины. По каждой теме учебной дисциплины студентам предлагается перечень заданий для самостоятельной работы.

К выполнению заданий для самостоятельной работы предъявляются следующие требования: задания должны исполняться самостоятельно и представляться в установленный срок, а также соответствовать установленным требованиям по оформлению. Студентам следует: руководствоваться графиком самостоятельной работы, выполнять все плановые задания, выдаваемые преподавателем для самостоятельного выполнения, и разбирать на семинарах и консультациях неясные вопросы; при подготовке к экзамену параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы дисциплины, фиксируя неясные моменты для их обсуждения на консультации с преподавателем.

Самостоятельная работа студентов является обязательным компонентом образовательного процесса, так как она обеспечивает закрепление получаемых на лекционных занятиях знаний путем приобретения навыков осмысления и расширения их содержания, навыков решения актуальных проблем формирования общекультурных и профессиональных компетенций, научно-исследовательской деятельности, подготовки к семинарам, лабораторным работам, сдаче зачетов и экзаменов.

Подготовка к промежуточной аттестации ведется на основе полученного лекционного материала и рекомендованной литературы, осмысления работы на практических занятиях и самостоятельной работы.

## **8. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов**

В ходе реализации дисциплины используются следующие дополнительные методы обучения, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в зависимости от их индивидуальных особенностей:

- для слепых и слабовидящих:
  - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
  - письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;
  - обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
  - для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
  - письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;
  - экзамен и зачет проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.
- для глухих и слабослышащих:
  - лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
  - письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;

- экзамен и зачёт проводятся в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.

- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
  - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
  - письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;
  - экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены университетом, или могут использоваться собственные технические средства.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

- для слепых и слабовидящих:
  - в печатной форме увеличенным шрифтом;
  - в форме электронного документа;
  - в форме аудиофайла.
- для глухих и слабослышащих:
  - в печатной форме;
  - в форме электронного документа.
- для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
  - в печатной форме;
  - в форме электронного документа;
  - в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения.

## **9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Лекционные занятия проводятся в аудиториях, предоставляемых деканатом факультета в соответствии с расписанием.

Электронные презентации, мультимедийные лекции, учебные и научно-популярные фильмы, текущие и итоговые тесты по курсу в форматах компьютерных программ. Используется интерактивная доска.

На кафедре психологии имеется оборудование для интерактивных занятий (интерактивная доска, стикеры, фломастеры, магниты, пакеты раздаточных информационных материалов для обсуждения в микрогруппах), телевизор с DVD-проигрывателем Rolsen, аудиоплейер, видеокамера, системный блок (grownP4SX/ASUS

P4S533/Celeron 1700/256MB/40GB/1,44/GeForce 4MX 440SE 64MB/LG 52x); системный блок (HPCompaqdx 2200 M/P4-531/160hqf/512L/4);мониторLGFlatronEЗT 710 ВН; мониторSAMSUNG 713 ВМ; клавиатураGeniusCjmfyKB 06 X; клавиатура НРKB-0316; Мышь; принтерCanonLaserShotLPB-1120; фильтр сетевой; колонки Genius.

**Комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства.**

1. Microsoft Win Starter 7 Russian Academic OPEN...(лицензия № 48824880);
2. Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN... (лицензия № 46408087).
3. Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN... (лицензия № 47234707).
4. Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN... (лицензия № 47357933).



## 9. Лист регистрации изменений

[illegible]