

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Басаленко Игорь Александрович
Должность: Ректор
Дата подписания: 14.11.2024 14:32:14
Уникальный идентификатор:
691eebef920311be66ef61548f97525c2a21a8756

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ И.И. БУДУЧЕНКО» МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

УТВЕРЖДАЮ
Декан лечебного факультета
д.м.н. О.Н. Красноруцкая
02 апреля 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«Спортивная психология»**

для специальности **37.05.01 Клиническая психология**
форма обучения **очная**
факультет **лечебный**
кафедра **психологии и поведенческой медицины**
курс **6**
семестр **В**
лекции **6 часов**
практические занятия **24 часа**
самостоятельная работа **40 часов**
зачет **2 часа в В семестре**
всего часов **72 часа (2 ЗЕ)**

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования-специалитет по специальности 37.05.01 Клиническая психология, утвержденного Приказом Министра науки и высшего образования Федерации № 683 от 26.05.2020 г. (Далее – ФГОС ВО (3++)).

Рабочая программа по дисциплине «Спортивная психология» обсуждена на заседании кафедры Психологии и поведенческой медицины ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко 06.02.2024. (протокол №5).

Зав. кафедрой
психологии и поведенческой медицины

Кудашова Е.А.

Рецензенты:

Доктор медицинских наук, профессор кафедры
психиатрии с наркологией ВГМУ им. Н.Н. Бурденко

С.Н. Подвигин

Кандидат педагогических наук, доцент,
заведующий кафедрой педагогики и гуманитарных дисциплин
ВГМУ им. Н.Н. Бурденко

И.Е. Плотникова

Программа одобрена на заседании ЦМК по координации преподавания специальности «Лечебное дело» от 02.04.2024 года, протокол №4

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель – формирование у обучающихся системных знаний по организации и управлению здравоохранением и общественным здоровьем, формирование у обучающихся готовности к осуществлению профессиональной деятельности в соответствии со знаниями закономерностей развития личности и коллектива.

Задачи:

- ознакомление студентов с необходимыми знаниями по психологии спортивной деятельности;
- изучение базовой терминологии по спортивной психологии;
- ознакомление с основными принципами системного и критического мышления;
- освоение студентами стратегического и системного подхода к саморегуляции;
- владение основными психодиагностическими методами изучения индивидуально психологических особенностей и состояний спортсменов;
- освоение студентами методик регуляции психологических состояний.

2. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО

Учебная дисциплина «Спортивная психология» относится к блоку базовой части образовательной программы высшего образования по направлению 37.05.01 «Клиническая психология»; изучается в V семестре.

1.1 Для успешного освоения настоящей дисциплины, необходимы следующие знания, умения и навыки (представленные в таблице):

№	Наименование дисциплины	Знания	Умения	Навыки
1	Общая психология	- определения фундаментальных психологических категорий сознания, поведения, бессознательного и деятельности; - типология крупнейших психологических направлений и школ, их теоретический базис и основные эмпирические исследования; - принципы активности,	- проводить критический анализ основных подходов к изучению психики, - сопоставлять теоретический базис и результаты эмпирических исследований, полученных в рамках данного подхода.	- владение научным понятийным языком и критическим анализом теоретических подходов к изучению психики и сознания.

		<p>системности, развития, целостности, единства сознания и деятельности и их роли в формировании поведения и психики;</p> <p>- понятия субъекта, личности, индивида, индивидуальности и их соотношения.</p>		
2	Профессиональная этика клинического психолога	- базовые принципы профессиональной этики	- использовать этико-деонтологические принципы в профессиональной деятельности	- навыками решения вопросов, связанных с организационно-правовым и этическим регулированием профессиональной деятельности
3	Универсальные навыки в работе клинического психолога	- основные принципы системного и критического мышления	- критически анализировать полученную от клиента информацию	- навыками профессионального наблюдения - методами саморегуляции
4	Психологическое консультирование	- теоретические основы психологического консультирования - основные понятия консультативной психологии - базовые принципы осуществления психологической помощи личности; - роль и место психолога в консультировании;	- выстраивать доверительные отношения с клиентом - применять этические и правовые принципы психологического консультирования	- навыками поддержания контакта с клиентом

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

1. Знать:

- общие психологические закономерностях спортивной деятельности;
- психологические основах двигательного совершенствования в спорте;
- психологию личности и команды в спорте;
- психологическое обеспечение подготовки в спорте;
- научные и методические основы общей, возрастной и педагогической психологии.
- закономерности функционирования психики в различных условиях деятельности и поведения;
- научно-теоретические и практические основы психологии физического воспитания и спорта

2. Уметь:

- анализировать психические явления, определяющие эффективность деятельности в различных сферах индивидуальной и групповой активности,
- использовать психодиагностические методы исследования психических процессов, психомоторных качеств, психических состояний, свойств личности и межличностных отношений в соответствии со спецификой занятий физической культурой и тренировочно-соревновательной деятельностью

3. Владеть/быть в состоянии продемонстрировать:

- навыками самоанализа, самопознания и самосовершенствования собственной личности,
- демонстрировать способность и готовность: использовать знания и навыки в области спортивной психологии в практической деятельности.

Номер компетенции	Краткое содержание и характеристика (обязательного) порогового уровня сформированности компетенций	Индекс достижения	Результаты образования
1	2	3	4
ОПК-2		ИД-1 ОПК-2	Знать:

<p>Способен применять научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения</p>	<p>Формирует программу оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения</p>	<p>основные методы оценки уровня психического развития и состояния когнитивных функций. Уметь: проводить оценку когнитивных функций у различных категорий населения. Владеть: навыками применения психологических методик для анализа когнитивных процессов.</p>
	<p>ИД-2 ОПК-2 Осуществляет интерпретацию результатов оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, социальной адаптации различных категорий населения, полученных при использовании научнообоснованных результатов</p>	<p>Знать: научно обоснованные подходы к оценке эмоциональной сферы и личностного развития. Уметь: выявлять особенности эмоционального состояния и уровня личностного развития в спортивной психологии. Владеть: методами интерпретации данных по эмоциональным и личностным характеристикам.</p>
	<p>ИД-3 ОПК-2 Подбирает научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения на их соответствие поставленным задачам обоснованных методов</p>	<p>Знать: принципы социальной адаптации и ее роли в развитии личности. Уметь: использовать методы оценки уровня социальной адаптации в спортивной среде. Владеть: методами анализа и коррекции показателей социальной адаптации для различных групп населения.</p>
	<p>ИД-4 ОПК-2 Представляет заключение по результатам оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы,</p>	<p>Знать: особенности психологической поддержки различных категорий населения в спортивной сфере. Уметь: адаптировать методы психологической оценки и</p>

		развития личности, социальной адаптации различных категорий населения	поддержки для спортсменов разного уровня подготовки. Владеть: техниками работы с индивидуальными и групповыми психологическими особенностями в спортивной психологии
ОПК-5	Способен разрабатывать и использовать научно обоснованные программы психологического вмешательства и психологической помощи консультационного, развивающего, коррекционного, психотерапевтического, профилактического или реабилитационного характера для решения конкретной проблемы отдельных лиц и групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ОВЗ	ИД-1 ОПК-5 Разрабатывает и реализует программы психологического вмешательства консультационного характера для решения конкретной проблемы отдельных лиц и групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ОВЗ	Знать: теоретические основы разработки программ психологического вмешательства и помощи. Уметь: создавать индивидуальные и групповые программы психологической помощи для различных категорий населения. Владеть: навыками применения методов психологического вмешательства с учетом специфики целевой аудитории.
		ИД-2 ОПК-5 Разрабатывает и реализует программы психологического вмешательства коррекционно-развивающего, коррекционного и психотерапевтического характера для решения конкретной проблемы отдельных лиц и групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ОВЗ	Знать: методы и приемы психологической консультации, направленные на поддержку спортсменов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Уметь: адаптировать консультационные программы для лиц с особыми потребностями. Владеть: техниками эффективного консультирования и поддерживающего взаимодействия.
		ИД-3 ОПК-5 Разрабатывает и реализует программы психологического вмешательства психопрофилактического характера для решения конкретной проблемы отдельных лиц и групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ОВЗ	Знать: подходы и методики коррекционного и развивающего воздействия в спортивной психологии. Уметь: разрабатывать коррекционные программы для улучшения психоэмоционального состояния спортсменов. Владеть:

			методами развивающей и коррекционной работы с учетом особенностей спортивной деятельности.
		<p>ИД-4 ОПК-5</p> <p>Разрабатывает и реализует программы психологического вмешательства – психореабилитационного характера для решения конкретной проблемы отдельных лиц и групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ОВЗ</p>	<p>Знать:</p> <p>основы психотерапевтической и профилактической работы для повышения адаптивности и психологического благополучия.</p> <p>Уметь:</p> <p>проводить профилактическую и реабилитационную работу с учетом потребностей отдельных лиц и групп.</p> <p>Владеть:</p> <p>техниками психотерапевтического воздействия, направленными на решение конкретных психологических проблем.</p>

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

3.1. Общая трудоёмкость дисциплины «Спортивная психология» составляет 2 зачётных единицы – 72 часа.

№ п/п	Раздел учебной дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающегося и трудоёмкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практ. занятия	Семинары	Самост. работа	
1	Теоретико-методологические основы спортивной психологии	В		4	12		20	Текущий контроль: тест, устный опрос, рейтинговый контроль
2	Механизмы и методы психической саморегуляции в спорте	В		2	12		20	Текущий контроль: тест, устный опрос, рейтинговый контроль
3	Зачет 2 часа							
	Итого: 72			6	24		40	

3.2 Тематический план лекций

№	Тема	Цели и задачи	Содержание темы	Часы
1	Возникновение и развитие спортивной психологии. Спортивная психология в системе наук.	познакомиться с историей возникновения и местом спортивной психологии в системе психологического знания	История возникновения спортивной психологии. Предмет и проблематика спортивной психологии. Цели и задачи спортивной психологии. Работа практического психолога в спорте.	2
2	Актуальные проблемы психологических исследований в спорте.	познакомиться с актуальными проблемами психологических исследований в спорте.	Стратегии формирования и развития психики, знаний, умений, личности спортсмена. Самооценка как фактор, влияющий на результативность спортсмена. Актуальные вопросы мотивации в спорте. Виды мотивов в спорте, их диагностика. Мотивация достижения и избегания неудач в спортивной деятельности. Проявления основных свойств нервной системы у представителей разных видов спорта. Эмоционально-волевые особенности спортсмена. Уровень притязаний и потребности достижений в группе спортсменов. Классификация методов и техник психического воздействия на спортсмена.	2
3	Психические напряжения в спорте. Методы психической саморегуляции в спорте	познакомиться с основными методами психической саморегуляции в спорте	Современные эмпирические исследования регуляции и саморегуляции психофизиологических состояний в спорте. Практический опыт спортивных психологов в области регуляции и саморегуляции психофизиологических состояний человека. Гипноз. Методы работы с измененными (трансовыми) состояниями сознания (ИСС). Техники НЛП. Техники эриксоновского гипноза. Метод символдрамы в работе со спортсменами. Модель психологической подготовки спортсмена (по В.Ф. Сопову). Методы психологической подготовки спортсмена (Г.Д. Горбунов,	2

			А.В. Родионов, В.Ф. Сопов, В.Р. Малкин и др.). Психорегулирующие средства. Социально-психологический тренинг (СПТ) в спортивной психологии.	
--	--	--	---	--

3.3 Тематический план практических занятий

№	Тема	Цели и задачи	Содержание темы	Обучающийся должен знать	Обучающийся должен уметь	Часы
1 Раздел. Теоретико-методологические основы спортивной психологии						
1.	Общие основы спортивной психологии. Теории и методики спортивной психологии.	изучить основы спортивной психологии, ее специфику и структуру	Теории и методики спортивной психологии. Средства и методы спортивной психологии. Специфика спортивной деятельности и ее психологическая структура. Психологические особенности тренировочного процесса. Психологические особенности спортивных соревнований. Психологические особенности индивидуальных видов спорта. Психологические особенности командных видов спорта	Средства и методы спортивной психологии. Психологические особенности тренировочного процесса	отличать психологические особенности индивидуальных видов спорта от групповых	4
2.	Личность и ее формирование в процессе занятий спортом.	изучить влияние личностных особенностей на достижения в спорте	Психология в индивидуальной подготовке спортсмена. Стратегии формирования и развития психики, знаний, умений, личности спортсмена. Самооценка как фактор, влияющий на результативность	личностные факторы, влияющие на результативность спортсмена; систему эмоционально	выявлять факторы влияющие на результативность спортсмена и его психо-эмоциональное состояние	4

			спортсмена. Личность и роль тренера в спорте. Проблема личностных особенностей в спорте. Система эмоционально волевой подготовки (ЭВП) спортсменов	волевой подготовки (ЭВП) спортсменов		
3.	Спортивная психология в жизни спортивной команды	изучить психологические особенности малой группы и их влияние на командные виды спорта	Спортивные команды как малые группы и коллективы. Особенности психологии личности в малой группе.	закономерности развития малой группы	объяснить основные закономерности формирования малой группы и влияние личностных особенностей на нее	4
2 Раздел. Механизмы и методы психической саморегуляции в спорте						
4.	Современные эмпирические исследования регуляции и саморегуляции психофизиологических состояний в спорте	изучить особенности регуляции и саморегуляции психофизиологических состояний в спорте	Современные эмпирические исследования регуляции и саморегуляции психофизиологических состояний в спорте. Практический опыт спортивных психологов в области регуляции и саморегуляции психофизиологических состояний человека. Гипноз. Методы работы с измененными (трансовыми) состояниями сознания (ИСС). Техники НЛП. Техники эриксоновского гипноза. Метод символдрамы в работе со спортсменами. Модель психологической	Методы работы с измененными (трансовыми) состояниями сознания (ИСС); Методы психологической подготовки спортсмена .	использовать методы регуляции психофизиологических состояний человека	4

			подготовки спортсмена (по В.Ф. Сопову). Методы психологической подготовки спортсмена (Г.Д. Горбунов, А.В. Родионов, В.Ф. Сопов, В.Р. Малкин и др.). Психорегулирующие средства. Социально-психологический тренинг (СПТ) в спортивной психологии.			
5.	Особенности эмоционально-волевой сферы личности в спорте.	изучить особенности эмоционально-волевой сферы личности в спорте.	Теория воли и диагностика волевых качеств. Агрессивность и ее уровни и влияние на спортсмена. Симптомы нервно-психического напряжения у спортсменов. Психические состояния, их классификация. Особенности психических состояний в условиях учебно-тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов. Тревожность и результативность спортсмена в спорте.	теорию воли; симптомы нервно-психического напряжения у спортсменов; особенности психических состояний в условиях учебно-тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов	определять симптомы нервно-психического напряжения; применять методы для снижения уровня тревожности	4
6.	Психические напряжения в спорте. Методы психической саморегуляции в спорте.	изучить методы психической саморегуляции в спорте	Понятие психической саморегуляции (ПСР). Цели и задачи ПСР. Виды ПСР. Приемы и методы саморегуляции в спорте.	Цели и задачи психической саморегуляции; приемы и методы	применять методы и приемы саморегуляции, владеть техникой	4

			Самовнушение. Самоубеждение. Самоанализ. Анализ ситуаций. Дыхательные упражнения. Физические упражнения. Визуализация. Аутогенная тренировка (по Шульцу). Релаксация Джекобсона. Идеомоторная тренировка (ИМТ). Психомышечная тренировка (ПМТ). Преодоление соревновательного стресса.	саморегуляции в спорте	дыхательных упражнений	
--	--	--	--	------------------------	------------------------	--

3.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема	Самостоятельная работа			
	Форма	Цель и задачи	Методическое и материально – техническое обеспечение	Часы
6 курс В семестр – 40 часов				
1. Общие основы спортивной психологии. Теории и методики спортивной психологии.	✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и	изучить основы спортивной психологии, ее специфику и структуру	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; 	6

	<p>подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Подготовка презентаций, рефератов ✓ Подготовка устного сообщения или презентации по теме. 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	
2. Личность и ее формирование в процессе занятий спортом.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях. ✓ Подготовка презентаций, рефератов ✓ Подготовка устного сообщения или презентации по теме. 	изучить влияние личностных особенностей на достижения в спорте	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; методические указания для студентов. 	8
3. Спортивная психология в жизни спортивной команды	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к 	изучить психологические особенности малой группы и их влияние на командные виды спорта	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	6

	<p>участию в тематических дискуссиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Решение ситуационных задач. ✓ Подготовка к тестированию. 			
4.Современные эмпирические исследования регуляции и саморегуляции психофизиологических состояний в спорте	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях. ✓ Решение ситуационных задач. ✓ Подготовка презентаций, рефератов. ✓ Подготовка к тестированию. 	изучить особенности регуляции и саморегуляции психофизиологических состояний в спорте	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	6
5.Особенности эмоционально-волевой сферы личности в спорте.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях. 	изучить особенности эмоционально-волевой сферы личности в спорте.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	6

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Работа с нормативными документами и законодательной базой ✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации. 			
6. Психические напряжения в спорте. Методы психической саморегуляции в спорте.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях. ✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации. 	изучить методы психической саморегуляции в спорте	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине. ✓ основная и дополнительная литература; ✓ интернет ресурсы; ✓ методические указания для студентов. 	8
Итого				40

3.5 Матрица соотнесения тем/ разделов учебной дисциплины (модуля) и формируемых в них ОК, ОПК и ПК

Темы/разделы дисциплины	Количество часов	1	2	Общее кол-во компетенций (Σ)
		ОПК-2	ОПК-5	
Раздел 1	36			
Тема 1		+	+	2
Тема 2		+	+	2
Тема 3		+	+	2
Раздел 2	34			
Тема 1		+	+	2
Тема 2		+	+	2
Тема 3		+	+	2
Зачет	2	+	+	2
Итого	72	7	7	14

4. Образовательные технологии

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки реализация компетентного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе: технологии деятельностного и диалогового обучения; технологии электронного и дистанционного обучения (платформа Moodle); технологии комплексной оценки знаний (балльно-рейтинговая система оценки знаний обучающихся).

Формы, способы и методы обучения, используемые в образовательных технологиях по циклу «Спортивная психология»

относятся: традиционная лекция, лекция-визуализация, проблемная лекция, проблемная дискуссия, собеседование по контрольным вопросам, устный опрос, написание и защита реферата, разбор клинических случаев, решение ситуационных задач, тестирование, подготовка к исходному, текущему, промежуточному контролю, участие в научно-практических конференциях, учебно-исследовательская работа студентов.

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «Спортивная психология»

Коды компетенций, проверяемых с помощью оценочных средств: ИД-3 ОПК-2, ИД-1 ОПК-4, ИД-2 ОПК-4, ИД-3 ОПК-4, ИД-1 ОПК-6, ИД-2 ОПК-6, ИД-3 ОПК-6.

Примеры реферативных сообщений

1. Психологические особенности личности тренера.
2. Характеристика психологической подготовки в спорте.
3. Психологические условия и способы развития двигательных качеств.
4. Психологическая готовность к спортивной деятельности.
5. Мотивация спортивной деятельности.
6. Связь технической подготовки спортсменов с развитием психических функций.
7. Связь тактической подготовки спортсменов с развитием психических функций.
8. Аутогенная тренировка по Шульцу
9. Идеомоторная тренировка (ИМТ).
10. Влияние спортивного коллектива на формирование личности спортсмена.

Пример тестовых заданий для проведения текущего контроля успеваемости

Выберите один правильный ответ.

1. В разных возрастных группах людей мотивы занятия спортом:
 - 1) различны,
 - 2) сходны,
 - 3) одинаковы.
2. Обязательным условием успешности и пользы от занятий спортом является:
 - 1) нагрузка,
 - 2) здоровье,
 - 3) комфортность.
3. Показатели, по которым можно определить оптимальность нагрузок на занятиях спортом:
 - 1) гигиенические нормы двигательной активности,
 - 2) культурные нормативы и требования,
 - 3) физиологические и психологические показатели.

4. К причинам, по которым женщины меньше занимаются спортом, относятся:

- 1) бытовые проблемы,
- 2) низкая потребность в двигательной активности,
- 3) стрессовые состояния.

5. К сильным мотивациям, характерным для женщин и проявляющимся в занятиях аэробикой, шейпингом, относятся:

- 1) желание быть красивой и иметь хорошее здоровье,
- 2) желание достичь результатов и победить конкуренток,
- 3) желание участвовать в красивом шоу и выступить перед публикой.

6. Психология восстановительной физкультуры занимается проблемами:

- 1) восстановления физкультурных традиций
- 2) восстановления связей со спортивными организациями,
- 3) восстановления временно утраченных функций психики.

7. К специальным умениям и навыкам относятся:

- 1) двигательная реакция
- 2) двигательные умения
- 3) двигательные представления
- 4) двигательные понятия

Пример контрольных вопросов для проведения текущего контроля

1. Предмет и задачи спортивной психологии.
2. Психологическая характеристика спорта как вида деятельности, основные подходы к ее изучению.
3. Психологическая структура спортивной деятельности, ее особенности.
4. Мотивация спортивной деятельности.
5. Структура личности спортсмена.
6. Эмоционально-волевая сфера спортсмена.
7. Стрессоустойчивость в спорте.
8. Спортивная команда как малая группа.
9. Структура спортивной команды.
10. Лидерство в спорте, функции и типы лидеров.
11. Совместимость в спорте, ее виды.
12. Формы организации психологического сопровождения.
13. Спортивная психодиагностика.
14. Структура психологической подготовки.
15. Формы проведения психологической подготовки.
16. Профессиональное выгорание спортсменов.
17. Психологические методы восстановления спортсменов.
18. Психологические особенности личности тренера и учителя физической культуры.
19. Основные направления работы практического психолога в спорте.
20. Психологические особенности спортивного коллектива.

Пример ситуационной задачи (тема: «Спортивная психология»).

Ситуационная задача №1:

Приведите примеры ситуаций, когда будет эффективна каждая из основных стратегий поведения в спортивном коллективе при межличностном конфликте.

Ответ:

Приспособление целесообразно использовать в случаях: осознания своей неправоты, необходимости сохранить хорошие отношения с оппонентом, сильной зависимости от него, незначительности проблемы. Уход целесообразно использовать в случаях: межличностного конфликта, возникающего по причинам субъективного, эмоционального порядка; при отсутствии сил и времени для решения противоречия, стремлении выиграть время, наличии трудностей в определении линии своего поведения, нежелании решать проблему вообще.

Сотрудничество целесообразно использовать в случаях: когда конфликтующие стороны имеют примерно равный ранг или вовсе не обращают внимания на разницу в своих положениях; стороны, вовлеченные в конфликт, поступают как партнеры, доверяют друг другу, считаются с потребностями, опасениями и предпочтениями оппонентов.

Компромисс эффективен в случаях: понимания оппонентом, что он и соперник обладают равными возможностями; наличия взаимоисключающих интересов; угрозы потерять всё.

Соперничество целесообразно в экстремальных и принципиальных ситуациях, при дефиците времени и высокой вероятности опасных последствий; межличностные отношения с оппонентом не представляют никакой ценности.

Научно-исследовательская работа.

Научно-исследовательская работа на кафедре осуществляется в рамках студенческого научного кружка и предоставляет студентам:

- ✓ изучать специальную литературу и другую научно-медицинскую информацию о современных достижениях отечественной и зарубежной медицины;
- ✓ участвовать в проведении научных исследований кафедры;
- ✓ осуществлять сбор, обработку, анализ и систематизацию научно-медицинской информации по выбранной теме;
- ✓ составлять отчеты (разделы отчета) по теме или ее разделу (этапу, заданию);
- ✓ опубликовать результаты, проведенного исследования;
- ✓ выступить с докладом на научной конференции студентов и молодых ученых.

В процессе выполнения научно-исследовательской работы и оценки ее результатов проводится широкое обсуждение ее на заседаниях кафедры, научных конференциях, позволяющее оценить уровень компетенций, сформированных у обучающегося, связанных с формированием профессионального мировоззрения и готовностью к анализу и публичному представлению медицинской информации на основе доказательной медицины.

Примеры вопросов для промежуточной аттестации (зачет) по итогам освоения дисциплины «Спортивная психология»:

1. Основные принципы спортивной психологии и их применение в тренировочном процессе.
2. Влияние психологических факторов на спортивные достижения.
3. Роль мотивации в спорте и ее влияние на выступление.
4. Способы управления стрессом в спортивной деятельности.
5. Использование визуализации как техники подготовки спортсменов.
6. Влияние команды и социального взаимодействия на психологическое состояние спортсменов.
7. Понятие "профилактика выгорания" в спортивной практике.
8. Эмоциональная регуляция у спортсменов и ее значение для успеха.
9. Роль концентрации и внимания в выполнении спортивных навыков.
10. Психологическая подготовка к соревнованиям и ее этапы.
11. Влияние лидерства тренера на командный дух и выступления спортсменов.
12. Применение психологического тестирования в оценке спортсменов.
13. Техники расслабления и их использование в спортивной практике.
14. Роль саморегуляции в достижении спортивных целей.
15. Психологические характеристики успешных спортсменов.

Примеры оценочных средств для промежуточной аттестации (зачет) Выберите один правильный ответ

1. Основной целью спортивной психологии является:
 - 1) повышение спортивной эффективности
 - 2) изучение физиологических изменений
 - 3) анализ биомеханики движений
 - 4) разработка планов тренировок
 - 5) оценка заболеваний спортсменовЭталон ответа: 1

2. Одним из ключевых понятий в спортивной психологии является:
 - 1) мотивация
 - 2) физиология
 - 3) анатомия
 - 4) биомеханика
 - 5) генетикаЭталон ответа: 1

3. Эмоциональное состояние атлета во время соревнований определяется:
 - 1) уровнем стресса
 - 2) количеством тренировок
 - 3) временем восстановления
 - 4) потреблением витаминов
 - 5) типом спортивного оборудованияЭталон ответа: 1

4. Одним из методов подготовки спортсменов является:
 - 1) визуализация
 - 2) фармакотерапия
 - 3) массотерапия
 - 4) кардионагрузка
 - 5) режим питанияЭталон ответа: 1

5. Уровень тревожности спортсмена можно измерить с помощью:
 - 1) теста на тревожность
 - 2) анализа крови
 - 3) кардиоэксперимента
 - 4) графического анализа
 - 5) визуального наблюденияЭталон ответа: 1

Пример экзаменационного билета для проведения промежуточной аттестации

БИЛЕТ № 1

1. Основные принципы спортивной психологии и их применение в тренировочном процессе
2. Понятие психической саморегуляции
3. Дайте ответы на вопросы ситуационной задачи.

Примеры ситуационных задач для проведения промежуточной аттестации

Ситуационная задача к билету №1

Приведите примеры ситуаций, когда будет эффективна каждая из основных стратегий поведения в спортивном коллективе при межличностном конфликте.

Оценка сформированности компетенций студента (уровня освоения дисциплины) на зачете осуществляется на основе балльно-рейтинговой системы оценки при текущей и промежуточной аттестации по дисциплине «Спортивная психология».

Критерии оценки сформированности компетенций студента (уровня освоения дисциплины) на зачете осуществляется на основе балльно-рейтинговой структуры оценки при текущей и промежуточной аттестации по дисциплине «Спортивная психология».

Расчет знаний рейтинга студентов разработан на основании положения о рейтинговой системе оценки знаний обучающихся в Воронежском государственном медицинском университете имени Н.Н. Бурденко (Приказ ректора № 825 от 29.10.2015))

Промежуточный рейтинг знаний обучающегося по дисциплине рассчитывается исходя из рейтинга до экзамена/зачета и рейтинга, полученного на экзамене/зачете:

$$P \text{ пром} = P \text{ до экз/зач} * 0,6 + P_{\text{экз/зач}} * 0,4$$

Вес оценки за промежуточную аттестацию определен 0,6 из расчета возможного количества баллов (60) за совокупный итог по дисциплине до промежуточной аттестации и 0,4 – для промежуточной аттестации (экзамена/зачета) из расчета 40 баллов.

В зачетную книжку выставляется оценка или отметка «зачет» за промежуточную аттестацию исходя из следующих рейтинговых баллов:

- 85 - 100 рейтинговых баллов – «отлично»;
- 84 - 70 рейтинговых баллов – «хорошо»;
- 55 - 69 рейтинговых баллов – «удовлетворительно»;
- менее 55 рейтинговых баллов – «неудовлетворительно».

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

а) литература:

1. Бочавер, К. А. Психология детско-юношеского спорта / К. А. Бочавер, Л. М. Довжик - Москва: Спорт, 2023. - 272 с. - ISBN 978-5-907601-43-7. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента»: [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907601437.html> (дата обращения: 24.09.2024). - Режим доступа: по подписке.

2. Шифрин, Ф. М. Матрица спортивной уверенности: психология успешной игры / Ф. М. Шифрин. - Москва: Спорт, 2024. - 182 с. (Серия "Библиотечка спортивного врача и психолога") - ISBN 978-5-907601-60-4. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента»: [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907601604.html> (дата обращения: 24.09.2024). - Режим доступа: по подписке.

3. Сафонов, В. К. Психология спортсмена: слагаемые успеха / В. К. Сафонов. Изд. 3-е стереотипное. - Москва: Спорт, 2024. - 288 с. - ISBN 978-5-907601-62-8. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента»: [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785907601628.html> (дата обращения: 24.09.2024). - Режим доступа: по подписке.

б) программное обеспечение и интернет-ресурсы:

1. <http://www.studmedlib.ru/> Электронно-библиотечная система "Консультант студента
2. <http://www.search.ebscohost.com/> База данных "Medline With Fulltext" на платформе EBSCOHOST
3. <http://www.books-up.ru/> Электронно-библиотечная система «Book-up»
4. <http://www.e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система издательства «Лань»
5. <http://www.lib.vrngmu.ru/> Электронная библиотека ВГМУ им. Н.Н. Бурденко
6. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed> Информационно-справочные и поисковые системы PubMed
6. www.medscape.com Веб ресурс для врачей для поиска медицинской информации на английском языке
7. <http://www.rosminzdrav.ru> Сайт Минздрава России
8. www.bibliomed.ru Электронная библиотечная система
9. <http://elibrary.ru/> ELIBRARY.RU научная электронная библиотека
10. <http://www.scsml.rssi.ru/> Центральная научная медицинская библиотека
11. Журнал Социальная психология и общество (http://psyjournals.ru/social_psy/)

7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Помещение и материально-техническое обеспечение	Адрес (местоположение) здания, строения, сооружения, помещения	Собственность или оперативное управление, хозяйственное ведение, аренда (субаренда), безвозмездное пользование
<p>Учебная аудитория (комната №1) - помещение для проведения занятий, групповых и индивидуальных консультаций, промежуточной аттестации, самостоятельной работы Учебная доска, учебные парты, стулья ученические, стол преподавательский, шкафы, ноутбук с возможностью подключения к сети Интернет, площадь - 20,4 кв.м</p> <p>Учебная аудитория (комната №2) - помещение для проведения занятий, для проведения занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, промежуточной аттестации, самостоятельной работы Учебная доска, учебные парты, стулья ученические, стол преподавательский, шкафы, мультимедийный проектор, экран</p>	<p>394036, г. Воронеж, ул. Чайковского, 3а, санкорпус, 2й этаж</p>	<p>Оперативное управление</p>

<p>для проектора, стационарный персональный компьютер с возможностью подключения к сети Интернет, тумбочка, площадь - 45,7 кв.м</p> <p>Учебная аудитоия (комната №4) - помещение для проведения занятий, групповых и индивидуальных консультаций, промежуточной аттестации, самостоятельной работы Доска магнитно-маркерная, стол угловой, стул офисный посетителя, стул ученический, шкафы для документов, шкаф для одежды, персональный компьютер с возможностью подключения к сети Интернет, тумбочка, площадь - 15,5 кв.м</p> <p>Учебная аудитория (комната №5) - помещение для проведения занятий, групповых и индивидуальных консультаций, промежуточной аттестации, самостоятельной работы Учебная доска, учебные парты, учебные стулья, стол преподавательский, шкафы, стационарный персональный компьютер с возможностью подключения к сети Интернет, тумбочка, площадь - 21,8 кв.м</p> <p>Учебная аудитория (комната №6) - помещение для проведения занятий, групповых и индивидуальных консультаций, промежуточной аттестации, самостоятельной работы Доска магнитно-маркерная, стол угловой, брифинг-приставка, тумба подкатная, стулья</p>		
---	--	--

<p>офисные, стулья ученические, стол журнальный, кресло руководителя, шкафы для документов, шкаф для одежды, стеллаж открытый, персональный компьютер, принтер Canon лазерный, площадь - 24,0 кв.м.</p> <p>Кабинет доцента для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (№ 2,3)</p> <p>Стол и стул для преподавателя, столы, стулья, учебные пособия и методические разработки, персональный компьютер, орг. техника, площадь - 28,5 кв.м.</p>	<p>394018, г. Воронеж, ул. Кирова, д.9, офис № 28</p>	<p>Безвозмездное пользование</p>
--	---	----------------------------------

Для самостоятельной работы студентов помещения библиотеки ВГМУ:

2 читальных зала (ВГМУ, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Студенческая, д. 10);

1 зал электронных ресурсов находится в электронной библиотеке (кабинет №5) в отделе научной библиографии и медицинской информации в ОНМБ: (ВГМУ, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Студенческая, д. 10).

Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы Набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающий тематические иллюстрации, соответствующие рабочей программе дисциплины – мультимедийный комплекс (ноутбук, проектор, экран); усилитель для микрофона, микрофон, доска учебная, учебные парты, стулья. Стол для преподавателей, стул для преподавателя. Набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающий тематические иллюстрации, соответствующие рабочим программам дисциплин – мультимедийный комплекс (ноутбук, телевизор).

