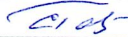



МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

Актуализировано:  
на заседании кафедры общей психологии  
протокол № 10 от « 22 » июня 2017 г.  
Зав. кафедрой  /Галияутдинова С.И.

Согласовано:  
Председатель УМК факультета психологии  
 /Асафьева Н.В.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Психология спорта»

базовая часть


**программа специалитета**

Специальность подготовки  
37.05.02 – Психология служебной деятельности

Специализация  
Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности

Квалификация  
психолог

Разработчик (составитель)  
старший преподаватель,  
кандидат психологических наук



/Нурмухаметов Э.А.

Для приема: 2014 г.

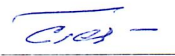
Уфа 2017 г.

Составитель: Нурмухаметов Эрнест Альбертович

Рабочая программа дисциплины актуализирована на заседании кафедры общей психологии, протокол № 10 от «22» июня 2017 г.

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры общей психологии, протокол № 10 от «18» июня 2018 г.

Заведующий кафедрой

 / Галяутдинова С.И.

### Список документов и материалов

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы	5
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)	6
4. Фонд оценочных средств по дисциплине	7
4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	7
4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций	10
4.3. Рейтинг-план дисциплины (при необходимости)	30
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	30
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	30
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины	30
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине	31

**1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**  
(с ориентацией на карты компетенций)

В результате освоения образовательной программы обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

ОК-9 Способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни;

ПК-12 Способностью реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп.

Результаты обучения		Формируемая компетенция (с указанием кода)
Знания	Знать роль физической культуры и спорта в современном обществе, в жизни оперативного сотрудника, при его подготовке к социальной и профессиональной деятельности; роль здорового образа жизни в формировании общей культуры личности человека; принципы, средства, методы физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.	ОК-9 Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни
	Знать основные теоретические и практические психологические подходы и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	ПК-12 Способность реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп
Умения	Уметь применять систему знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья оперативного сотрудника, использовать индивидуальные особенности сна и бодрствования в поддержании здорового образа жизни.	ОК-9 Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни
	Уметь разрабатывать и применять социально-психологические, психокоррекционные и психотерапевтические программы, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	ПК-12 Способность реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп
Владения (навыки / опыт деятельности)	Владеть практическими навыками и методами физической культуры, коррекции психических состояний в период кризисов сотрудников оперативно-служебной деятельности.	ОК-9 Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни
	Владеть методиками и технологиями, ориентированными на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп; приемами поддержания психологического здоровья индивидов и групп	ПК-12 Способность реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп

## 2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Цель изучения дисциплины: подготовка студентов к решению профессиональных задач, связанных с психологическим обеспечением развития и функционирования психических явлений, состояний и качеств у учащихся образовательных учреждений и воспитанников спортивных организаций.

Дисциплина «Психология спорта» относится к базовой части общеобразовательного цикла. Дисциплина изучается на 2 курсе в 4 семестре. Для освоения дисциплины необходимы компетенции, сформированные в рамках изучения следующих дисциплин: Общая психология, Психофизиология, Психология развития и возрастная психология.

## 3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)

Содержание рабочей программы находится в приложении №1

### 4. Фонд оценочных средств по дисциплине

#### 4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

ОК-9 Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни

Этап (уровень) освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения	
		Зачтено	Не зачтено
Первый этап (уровень)	Знать роль физической культуры и спорта в современном обществе, в жизни оперативного сотрудника, при его подготовке к социальной и профессиональной деятельности; роль здорового образа жизни в формировании общей культуры личности человека; принципы, средства, методы физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.	Знает роль физической культуры и спорта в современном обществе, в жизни оперативного сотрудника, при его подготовке к социальной и профессиональной деятельности; роль здорового образа жизни в формировании общей культуры личности человека; принципы, средства, методы физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности	Не знает роль физической культуры и спорта в современном обществе, в жизни оперативного сотрудника, при его подготовке к социальной и профессиональной деятельности; роль здорового образа жизни в формировании общей культуры личности человека; принципы, средства, методы физкультурно-оздоровительной

			и спортивной деятельности
Второй этап (уровень)	Уметь применять систему знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья оперативного сотрудника, использовать индивидуальные особенности сна и бодрствования в поддержании здорового образа жизни.	Полностью демонстрирует сформированные умения применять систему знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья оперативного сотрудника, использовать индивидуальные особенности сна и бодрствования в поддержании здорового образа жизни.	Не показывает сформированные умения применять систему знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья оперативного сотрудника, использовать индивидуальные особенности сна и бодрствования в поддержании здорового образа жизни.
Третий этап (уровень)	Владеть практическими навыками и методами физической культуры, коррекции психических состояний в период кризисов сотрудников оперативно-служебной деятельности.	В совершенстве владеет практическими навыками и методами физической культуры, коррекции психических состояний в период кризисов сотрудников оперативно-служебной деятельности.	Не владеет практическими навыками и методами физической культуры, коррекции психических состояний в период кризисов сотрудников оперативно-служебной деятельности.

ПК-12 Способность реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп

Этап (уровень) освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения	
		Зачтено	Не зачтено
Первый этап (уровень)	Знать основные теоретические и практические психологические подходы и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	Знает основные теоретические и практические психологические подходы и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану	Не знает основные теоретические и практические психологические подходы и технологии, ориентированные на

		здоровья индивидов и групп	личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп
Второй этап (уровень)	Уметь разрабатывать и применять социально-психологические, психокоррекционные и психотерапевтические программы, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	Полностью демонстрирует сформированные умения разрабатывать и применять социально-психологические, психокоррекционные и психотерапевтические программы, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	Не показывает сформированные умения разрабатывать и применять социально-психологические, психокоррекционные и психотерапевтические программы, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп
Третий этап (уровень)	Владеть методиками и технологиями, ориентированными на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп; приемами поддержания психологического здоровья индивидов и групп.	В совершенстве владеет методиками и технологиями, ориентированными на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп; приемами поддержания психологического здоровья индивидов и групп.	Не владеет методиками и технологиями, ориентированными на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп; приемами поддержания психологического здоровья индивидов и групп.

Изучение дисциплины «Психология спорта» в 4 семестре очного отделения оканчивается **зачетом**.

Зачет – средство оценивания знаний, умений и навыков студентов, полученных по соответствующей дисциплине.

При оценивании сформированности компетенций по дисциплине «Психология спорта» на очной форме обучения используется 100-балльная шкала, которая соотносится с целями дисциплины и предполагаемыми результатами ее освоения. Согласно Положению о модульно-рейтинговой системе обучения и оценки успеваемости студентов БашГУ, если по дисциплине формой контроля является зачет, то преподаватель обязан аттестовать студента, который, по итогам текущего и рубежного контроля, суммарно набрал не менее 60 баллов,

без его участия в процедуре зачета, но с обязательным предоставлением студентом зачётной книжки.

**Критерий оценивания** – баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины (текущий контроль – максимум 50 баллов; рубежный контроль – максимум 50 баллов, поощрительные баллы – максимум 10).

**Шкалы оценивания:**

зачтено – от 60 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов); не зачтено – от 0 до 59 рейтинговых баллов.



**4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Этапы освоения	Результаты обучения	Компетенция	Оценочные средства
1-й этап Знания	Знать роль физической культуры и спорта в современном обществе, в жизни оперативного сотрудника, при его подготовке к социальной и профессиональной деятельности; роль здорового образа жизни в формировании общей культуры личности человека; принципы, средства, методы физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.	ОК-9 Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	<i>Конспектирование; доклад; устное сообщение; практико-ориентированное задание</i>
	Знать основные теоретические и практические психологические подходы и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	ПК-12 Способность реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	<i>Контрольная работа (письменные ответы на вопросы), реферат; практико-ориентированное задание</i>
2-й этап Умения	Уметь применять систему знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья оперативного сотрудника, использовать индивидуальные особенности сна и бодрствования в поддержании здорового образа жизни.	ОК-9 Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	<i>Конспектирование; устное сообщение; эссе; практико-ориентированное задание</i>
	Уметь разрабатывать и применять социально-психологические, психокоррекционные и психотерапевтические программы, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и	ПК-12 Способность реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	<i>Доклад; устное сообщение; контрольная работа (письменные ответы на вопросы); практико-ориентированное</i>

	групп		задание
3-й этап	Владеть практическими навыками и методами физической культуры, коррекции психических состояний в период кризисов сотрудников оперативно-служебной деятельности.	ОК-9 Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни	<i>Устное сообщение; контрольная работа (письменные ответы на вопросы); практико-ориентированное задание</i>
Владеть навыками	Владеть методиками и технологиями, ориентированными на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп; приемами поддержания психологического здоровья индивидов и групп	ПК-12 Способность реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп	<i>Устное сообщение; контрольная работа (письменные ответы на вопросы); практико-ориентированное задание</i>

### ТИПОВЫЕ ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

**Зачет.** Зачет – средство оценивания знаний, умений и навыков студентов, полученных по соответствующей дисциплине. Изучение дисциплины «Психология спорта» оканчивается зачетом, суммарный рейтинговый балл текущего и промежуточного контролей освоения учебного курса за семестр переводится в оценку «зачтено», «не зачтено», которая считается итоговой оценкой по учебному курсу в текущем семестре.

#### **Критерии оценки зачета:**

«Зачтено» – выставляется при условии, если студент показывает хорошие знания изученного учебного материала; самостоятельно, логично и последовательно излагает, и интерпретирует материалы учебного курса; полностью раскрывает смысл предлагаемого вопроса; владеет основными терминами и понятиями изученного курса; показывает умение переложить теоретические знания на предполагаемый практический опыт.

«Не зачтено» – выставляется при наличии серьезных упущений в процессе изложения учебного материала; в случае отсутствия знаний основных понятий и определений курса или присутствии большого количества ошибок при интерпретации основных определений; если студент показывает значительные затруднения при ответе на предложенные основные и дополнительные вопросы; при условии отсутствия ответа на основной и дополнительный вопросы.

**Критериями оценивания** являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины для зачета: текущий контроль – максимум 50 баллов; рубежный контроль – максимум 50 баллов, поощрительные баллы – максимум 10).

#### **Шкалы оценивания для зачета:**

зачтено – от 60 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов),  
не зачтено – от 0 до 60 рейтинговых баллов.

**Устное сообщение.** Устное сообщение – подготовленное студентом самостоятельно публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной

учебно-практической, учебно-исследовательской или научной проблемы. Данный вид сообщения делается устно на одном из семинарских занятий. По процедуре организации работы, здесь главный акцент делается на умении студента устно изложить содержание изученного материала. Подготовка устного сообщения предполагает предварительное ознакомление с первоисточниками, анализ их текстов, систематизацию материала. При выполнении этого вида самостоятельной работы студент должен показать свое умение анализировать содержание прочитанной литературы, выделять главную проблему, формулировать своё отношение к ней. Главная особенность устного сообщения заключается в том, что перед студентом стоит задача продемонстрировать своё ораторское искусство, умение в течение 5-10 минут кратко изложить основные положения изученного материала, быть готовым ответить на заданные вопросы. Как форма свободного общения с группой, устное сообщение позволяет студенту продумать возможность организации обратной связи в работе с группой – задать вопросы по теме своего сообщения, попросить студентов группы высказать своё мнение по рассматриваемой проблеме развития озвученной проблемы, организовать мини-обсуждение.

При оценке устного сообщения может быть использована любая совокупность из следующих критериев: – соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам; – проблемность / актуальность; – новизна / оригинальность полученных результатов (если сообщение делалось на основе проведенного исследования); – глубина / полнота рассмотрения темы; – доказательная база / аргументированность / убедительность / обоснованность выводов; – логичность / структурированность / целостность выступления; – речевая культура (стиль изложения, ясность, четкость, лаконичность, красота языка, учет аудитории, эмоциональный рисунок речи, доходчивость, пунктуальность, невербальное сопровождение, оживление речи афоризмами, примерами, цитатами и т.д.); – используются ссылки на информационные ресурсы (сайты, литература); – наглядность / презентабельность (если требуется); – самостоятельность суждений / владение материалом / компетентность. Если устное сообщение сводится к краткому выступлению (10 минут), может сопровождаться презентацией (10-15 слайдов) и не может дать полного представления о проведенной работе, то необходимо оценивать ответы на вопросы.

***Критерии оценки устного сообщения по баллам:***

1 балл выставляется студенту, если представлен содержательный и краткий анализ нескольких источников соответствующей литературы по выбранной проблеме, имеются выводы, которые аргументированы и совпадают с заявленной темой и целями работы, кроме текста доклада хорошо владеет иллюстративным материалом

0 баллов выставляется студенту, если текст доклада зачитывается, работа списана, скачана из Интернета или не выполнена.

***Ориентиовочные вопросы для устного сообщения:***

1. Психологическое обеспечение спортивной деятельности.
2. Социальная фасилитация и двигательное поведение.
3. Психологические особенности тренировочного процесса.
4. Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений (самостоятельное изучение).
5. Социализация личности в спортивной деятельности.
6. Межличностная компетентность, как способность успешного взаимодействия с другими.
7. Теории агрессивного поведения в спорте.
8. Проблемы исследования личности в спорте.
9. Отношение к самому себе, и другим. Изучение отношений в физическом воспитании.
10. Психологические особенности спортивного соревнования (самостоятельное обучение).
11. Оптимальное боевое состояние (ОБС) спортсмена и его структурные компоненты.
12. Варианты ОБС спортсмена.
13. Регистрация ОБС спортсмена.
14. Динамика ОБС.

15. Практика овладения ОБС.
16. Виды психологической подготовки спортсмена и основные принципы.
17. Основные методы регуляции психического состояния спортсмена.
18. Внушение, самовнушение в практике спортивной деятельности.
19. Виды тренировок и структурные элементы тренировочного процесса.
20. Психогигиена движений. Идеомоторные образы, идеомоторный акт. Гипноидеомоторика.

**Эссе** – вид письменной работы, выражающий индивидуальное рассуждение и мнение автора по конкретному вопросу. Эссе выполняются и оцениваются в соответствии с требованиями, представленными в методических рекомендациях по написанию и оформлению эссе и рефератов по психологии. В процессе написания эссе важно продемонстрировать: умение осмыслить конкретную проблему и сформулировать определенную позицию относительно нее; умение самостоятельно проводить поиск литературы по определенной тематике (в том числе и на иностранных языках); умение на основании прочитанного материала по определенной проблеме проанализировать конкретную ситуацию; умение аргументировано изложить свою позицию по определенному вопросу; умение правильно оформлять цитаты и ссылки на литературу.

Объем эссе 7-8 страниц (включая титульный лист и список литературы). Эссе должно быть оформлено в соответствии с требованиями, изложенными в разделе 1 методических рекомендаций по написанию и оформлению эссе и рефератов по психологии. В ходе написания эссе студент может: проанализировать конкретный случай, пример, взятый из художественной или биографической литературы, кинематографа, общественной жизни или собственного опыта автора; проанализировать проблему, не имеющую очевидного ответа и предложить свой вариант ее решения; представить критический анализ какого-либо значимого для понимания определенной темы тезиса.

Эссе не имеет жестко заданной структуры, т.к. она зависит от специфики конкретной темы и предпочтений автора. В общем виде эссе может иметь следующую структуру: титульный лист, введение, основная часть, заключение, список литературы. Согласно методическим рекомендациям по написанию и оформлению эссе и рефератов по психологии, *критериями оценки эссе являются:* соответствие содержания текста выбранной теме; наличие четкой и логичной структуры текста; наличие в эссе авторской позиции по рассматриваемой проблематике; обоснованность, аргументированность, доказательность высказываемых положений и выводов автора; отсутствие орфографических, пунктуационных, стилистических, а также фактических ошибок; соответствие оформления работы предъявляемым требованиям. сдача эссе в установленный срок.

Тема эссе: «Роль психолога в современном спорте»

**Критерии оценки эссе по баллам:**

2 балла выставляется студенту, если соблюдены все требования и присутствуют все компоненты работы

1 балл выставляется студенту, если проведен поверхностный анализ проблемы, отсутствует авторская позиция в тексте работы, у автора реферата присутствует посредственное представление о проблеме исследования.

0 баллов выставляется студенту, если работа списана или скачана из Интернета или работа не выполнена совсем.

**Реферат.** Реферат - это краткое изложение содержания документа или его части, включающее основные фактические сведения и выводы, необходимые для первоначального ознакомления с документом и определения целесообразности обращения к нему. Сущность реферата – в кратком изложении (с достаточной полнотой) основного содержания источника. Составление рефератов – это процесс аналитикосинтетической переработки первичных документов. Реферированию преимущественно научная и техническая литература, в которой содержится новая информация. Текст реферата включает следующие сведения:

- 1) тему, проблему, предмет, цели и содержание первичного документа;
- 2) методы исследования (особенно новые);
- 3) результаты исследования;
- 4) выводы автора (оценки, предположения, принятые или опровергнутые гипотезы);
- 5) пути практического применения результатов работы.

При необходимости приводятся сведения об авторе, его трудах, таблицы, схемы, чертежи, формулы, графики и т. п. Композиционно текст реферата может состоять из вступления (вводной части), основной части (описания) и заключения. Модель текста реферата может быть следующей:

1) вводная часть реферата: В статье «...», помещенной в журнале «...» №... за ... год, рассматриваются вопросы (проблемы, пути, методы)... Автор статьи – известный ученый... Статья называется (носит название..., под названием..., озаглавлена..., под заголовком..., опубликована в...) Тема статьи – ... (Статья на тему..., Статья посвящена теме (проблеме, вопросу)...)... Статья представляет собой обобщение (изложение, описание, анализ, обзор). В статье речь идет... (о чем?), (говорится (о чем?)), рассматривается (что?), дается оценка (чему?, чего?), анализ (чего?), изложение (чего?). Сущность проблемы сводится... (к чему?), заключается (в чем?), состоит (в чем?).

2) основная часть: Статья делится на ... части (-ей) (состоит из ... частей, начинается (с чего?), заканчивается (чем?)...). Во введении формулируется ...(что?) (дается определение ...(чего?)) В начале статьи определяются (излагаются) цель (цели, задачи)... Далее дается общая характеристика проблемы (глав, частей), исследования, статьи... В статье автор ставит(затрагивает, освещает) следующие проблемы, (останавливается (на чем?) касается (чего?)...) В основной части излагается (что?), приводится аргументация (в пользу чего? против чего?), дается обобщение (чего?) (научное описание (чего?)... В статье также затронуты такие вопросы, как... Автор приводит (ссылается на) пример(ы) (факты, цифры, данные), подтверждающие, иллюстрирующие его положения... В статье приводится, дается...

3) заключение: Автор приходит к выводу (заключению), что... (подводит нас к..., делает вывод, подводит итог) В конце статьи подводятся итоги (чего?) В заключение автор говорит, что, (утверждает, что)... В заключение говорится, что... (о чем?) Сущность вышеизложенного сводится к (следующему)... Требования, предъявляемые к составлению реферата: 1) объективность, точность изложения; полемика с автором и оценки референта могут быть даны в специальных «Примечаниях референта»; 2) полнота (изложение всех существенных положений); 3) использование единой терминологии и сокращений; 4) простой, ясный язык; 5) логичная композиция реферата; Объем реферата определяется содержанием первичного документа; средний объем: 500 печатных знаков для заметок и кратких статей, 1 000 печатных знаков – для большинства статей, патентов, 2 500–12 000 печатных знаков – для документов большого объема.

Требования к оформлению реферата:

1. Нумерация страниц документа. Страницы документа следует нумеровать арабскими цифрами, соблюдая сквозную нумерацию по всему тексту документа. Номер страницы проставляют в центре нижней части листа без точки. Титульный лист включают в общую нумерацию страниц документа. Номер страницы на титульном листе не проставляют. Содержание располагается после титульного листа и нумеруются цифрой

2. Приложения входят в общую нумерацию работы.

Требования к тексту. Текст набирается в текстовом редакторе Word 14 кеглем (размером), шрифтом Times New Roman через полуторный междустрочный интервал. Подчеркивания в тексте не допускаются, выделять можно курсивом, полужирным шрифтом. 210 мм). Поля: текст распечатывается на белой печатной бумаге формата А4 (297 слева – 25 мм; сверху – не менее 15 мм; снизу – не менее 15 мм; справа – не менее 10 мм. Абзацный отступ –1,25 см. Распечатанную работу следует, потом сброшюровать. Допускается оформление рефератов в рукописном варианте, по своему объему примерно

соответствующему печатному (в большинстве случаев 20–25 страниц рукописного текста соответствует 15 машинописным).

*Построение документа.* Текст документа, при необходимости, разделяют на разделы, подразделы, пункты и подпункты, которые следует нумеровать арабскими цифрами и записывать с абзацного отступа. Разделы должны иметь порядковую нумерацию в пределах всего текста, за исключением приложений. Подразделы нумеруются арабскими цифрами в пределах каждого раздела. Номер подраздела состоит из номера раздела и подраздела, разделенных точкой. Пункты нумеруются арабскими цифрами в пределах каждого подраздела. Номер пункта состоит из номера раздела, подраздела, пункта, разделенных точкой. Например: 1 Виды общения 1.1 1.2 1.3 2 Средства общения 2.1 2.2 2.3 Номер подпункта включает номера раздела, подраздела, пункта и порядковый номер подпункта, разделенные точкой. После номера раздела, подраздела, пункта, подпункта в тексте документа точку не ставят. Если раздел или подраздел состоит из одного пункта, он также нумеруется. Каждый пункт или подпункт записывают с абзаца. Переносы слов в заголовках не допускаются. Точку в конце заголовка не ставят. Если заголовок состоит из двух предложений, их разделяют точкой. Заголовки печатаются с абзацного отступа с первой прописной буквы, 14 размером шрифта (Times New Roman полужирный). Заголовки «Содержание», «Введение», «Список литературы» располагают симметрично тексту. Расстояние между заголовком и текстом – пропуск одной строки (1,5 интервала), между заголовками разделов и подразделов – один интервал. Каждый раздел текстового документа рекомендуется начинать с новой страницы. Подраздел отделяется от предыдущего пропуском строки. Иллюстрации (чертежи, графики, схемы, компьютерные распечатки, диаграммы, фотоснимки) следует располагать в документе непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые, или на следующей странице. На все иллюстрации должны быть даны ссылки в тексте. При ссылках на иллюстрации следует писать «...в соответствии с рисунком 4». Чертежи, графики, диаграммы, схемы, иллюстрации, помещаемые в документе, должны соответствовать требованиям государственных стандартов Единой системы конструкторской документации (ЕСКД). Иллюстрации, за исключением иллюстрации приложений, следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией. Если рисунок один, то он обозначается «Рисунок 1». Слово «рисунок» и его наименование располагают посередине строки. Иллюстрации каждого приложения обозначают отдельной нумерацией арабскими цифрами с добавлением перед цифрой обозначения приложения. Например, Рисунок А3.

*Примечания.* Примечания приводят в документе, если необходимы пояснения или справочные данные к содержанию текста, таблиц или графического материала. Они помещаются непосредственно после текста, к которому относятся эти примечания, печатаются с прописной буквы с абзаца и выделяются курсивом. Если примечание одно, то его не нумеруют и после слова «Примечание» ставят точку, Если примечаний несколько – двоеточие. Например: Примечания: 1.

*Приложения.* Материал, дополняющий текст документа, следует помещать в приложениях, которые оформляют как продолжение данного документа. В тексте документа на все приложения должны быть даны ссылки. Приложения располагают в порядке ссылок на них в тексте документа. Каждое приложение следует начинать с новой страницы с указанием сверху посередине строки слова «Приложение» и его обозначение. Приложение должно иметь заголовок, который записывают симметрично относительно текста с прописной буквы отдельной строкой. Приложения обозначают заглавными буквами русского алфавита, начиная с А, за исключением букв Ё, З, Й, О, Ч, Ъ, Ы, Ь. Текст каждого приложения, при необходимости, может быть разделен на разделы, подразделы, пункты, подпункты, которые нумеруют в пределах каждого приложения. Перед номером ставится обозначение этого приложения. Приложения должны иметь общую с остальной частью документа сквозную нумерацию страниц.

*Оформление списка литературы.* Каждый литературный источник в списке обозначается отдельным порядковым номером (точку после номера не ставить). Располагать литературу в списке рекомендуется в такой последовательности, в какой она упоминается в тексте, либо по алфавиту. Ссылки на источники внутри текста заключать в квадратные скобки, например: «...В отечественной социальной психологии имеется несколько классификаций функций общения [23].» Если есть цитата, указывается конкретная страница, откуда был взят текст, например: «... “В отечественной социальной психологии имеется несколько классификаций функций общения” [23, с.17].» Общий список литературы оформляется в конце работы согласно ГОСТ-2008.

Критерии оценки рефератов по баллам:

9 баллов выставляется студенту, если соблюдены все требования и присутствуют все компоненты работы (качественный анализ нескольких источников соответствующей литературы по означенной проблеме, имеются грамотные ответы на вопросы по проблеме, грамотный пересказ)

1-8 баллов выставляется студенту, если проанализировано 1-3 источника, имеются не все элементы анализа, у автора реферата присутствует поверхностное представление о проблеме исследования.

0 баллов выставляется студенту, если работа списана или скачана из Интернета или работа не выполнена совсем.

**Ориентировочные темы для написания реферата:**

1. Психология руководства в спортивном коллективе
2. Лидерство в спортивном коллективе.
3. Психологическая характеристика спортивной команды.
4. Конфликт в спортивной команде.
5. Стресс и тревога в спортивной деятельности.
6. Психологическая характеристика спортсмена.
7. Построение психограмм различных видов спорта.

**Конспектирование.** Конспектирование - это свертывание текста, в процессе которого не просто отбрасывается ненужная (маловажная) информация, но сохраняется, переосмысливается, свертывается все то, что позволяет через определенный промежуток времени автору конспекта развернуть до необходимых рамок конспектируемый текст без существенной потери информации. При этом используются сокращения слов, аббревиатуры, опорные слова, ключевые слова, формулировки отдельных положений, формулы, таблицы, схемы, позволяющие развернуть содержание конспектируемого текста. Существует две разновидности конспектирования: конспектирование письменных текстов (документальных источников, например, критическая статья); конспектирование устных сообщений, лекций или другой аудиовизуальной информации. При этом, конспект может быть кратким или подробным. Необходимо уточнить, что дословная запись как письменной, так и устной речи не относится к конспектированию. Успешность конспекта зависит от умения структурирования материала. Форма записи материала может быть различной - в зависимости от специфики изучаемого предмета; уместны и свои краткие пояснения к записям. Записи ведутся в произвольной форме, важнейшие мысли выделяют цветными фломастерами или применяют боковые пометки, выделяющие подтемы. Рекомендуется вести записи на одной стороне листа, оставляя вторую сторону для размышлений, разборов, вопросов, ответов на них, для фиксирования деталей темы или связанных с ней фактов, которые припоминаются самим студентом в ходе слушания. Иногда для этого оставляются лишь широкие поля. Целесообразно придерживаться ряда следующих правил: 1) после записи ориентирующих и направляющих внимание данных (тема, цель, план лекции, рекомендованная литература) важно попытаться проследить, как они раскрываются в 38 содержании, подкрепляются формулировками, доказательствами, а затем и выводами. 2) записывать следует основные положения и доказывающие их аргументы, наиболее яркие

примеры и факты, поставленные преподавателем вопросы для самостоятельной проработки. 3) стремиться к четкости записи, ее последовательности, выделяя темы и подтемы, вопросы и подвопросы, используя цифровую и буквенную нумерацию (римские и арабские цифры, большие и малые буквы), красные строки, выделение абзацев, подчеркивание главного и т.д.

Особенности конспектирования:

1) основа конспекта – тезис;

2) конспект должен облегчить запоминание текста, поэтому приемы записи должны этому способствовать (подчеркивание главной мысли, выделение другим цветом, схематичная запись в форме графика или таблицы);

3) конспект – это запись смысла, а не запись текста. Важной составляющей семантического свертывания при конспектировании является перефразирование, но он требует полного понимания речи. Перефразирование – это прием записи смысла, а не текста;

4) не стоит увлекаться пересказом;

5) необходимо указывать библиографическое описание конспектируемого источника; это позволит в дальнейшем внести конспектируемый источник в список литературы;

6) возможно в конспекте использование цитат, которые заключаются в кавычки, при этом рекомендуется на полях указать страницу, на которой находится изречение автора.

Конспект должен быть составлен таким образом, чтобы, используя его, можно было ответить на любой вопрос на выбранную тему. Для конспектирования необходимо завести отдельную общую подписанную тетрадь. Основное место в ней как раз и будут занимать конспекты.

Студент может конспектировать материал, руководствуясь двумя подходами:

1) конспектирование ведется по отдельным выбранным вопросам;

2) каждая единица используемой литературы (исторический источник, статья, книга) конспектируется отдельно, как говорится «от» и «до».

В каждом подходе есть свои плюсы и минусы. Когда идет конспектирование по вопросам, сначала указывается название вопроса, а затем из каждого материала конспектируется только то, что имеет отношение к данному конкретному вопросу. Предметом конспектирования здесь является не какая-либо книга или статья, а тема, проблема, содержащаяся в вопросе. Поэтому книги и статьи здесь конспектируются не целиком, а лишь в той степени, в какой это необходимо для раскрытия вопроса. Плюсами такого подхода для ученика является то, что весь материал по вопросу находится рядом, легче выстроить план ответа, легче, при необходимости, сравнить различные точки зрения авторов работ. Что касается конспектирования от начала и до конца, то здесь больше шансов сохранить концепцию и логику автора. Но существует риск, что студент окажется в плену логики автора книги или статьи. Какой подход применить при конспектировании – каждый ученик должен определить для себя сам. В любом случае, каждый смысловой абзац конспекта должен быть озаглавлен (или должна быть коротко выражена его главная мысль) и эти записи следует делать на полях. Это поможет быстрее ориентироваться в собственном конспекте. Приведенные выше методические указания по конспектированию касались конспектирования литературы, полученной в библиотеке. Активное использование студентами возможностей Internet делает необходимым сформулировать дополнительные методические указания. Любой вид конспекта, составленный в процессе самообучения, нуждается в повторном прочтении, осмыслении и запоминании его основных моментов.

**Критерии оценки конспекта по баллам:**

1-2 балла выставляется студенту, если конспект полностью отражает анализируемую тему, соблюдены формальные и обязательные требования при составлении конспекта;

0 баллов выставляется студенту, если работа списана или скачана из Интернета или работа не выполнена вовсе.

**Доклад.** Доклад – подготовленное студентом самостоятельно публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической,



учебно-исследовательской или научной проблемы. Доклад отличается от реферата тем, что он делается устно на одном из семинарских занятий. По процедуре организации работы доклад отличается от реферата только тем, что здесь главный акцент делается на умении студента устно изложить содержание изученного материала. Подготовка доклада предполагает предварительное ознакомление с первоисточниками, анализ их текстов, систематизацию материала. При выполнении этого вида самостоятельной работы студент должен показать свое умение анализировать содержание прочитанной литературы, выделять главную проблему, формулировать своё отношение к ней. Главная особенность доклада заключается в том, что перед студентом стоит задача продемонстрировать своё ораторское искусство, умение в течение 7-10 минут кратко изложить основные положения изученного материала, быть готовым ответить на заданные вопросы. Процедура доклада позволяет студенту подготовить раздаточный материал, иллюстрирующий содержание его сообщения, показать умение работать с доской, компьютерной техникой в аудитории. Как форма свободного общения с группой, доклад позволяет студенту продумать возможность организации обратной связи в работе с группой – задать вопросы по теме доклада, попросить студентов группы высказать своё мнение по рассматриваемой проблеме развития современного общества, организовать мини-обсуждение. Количество и вес критериев оценки доклада зависят от того, является ли доклад единственным объектом оценивания или он представляет собой только его часть. Доклад как единственное средство оценивания эффективен, прежде всего, тогда, когда студент представляет результаты своей собственной учебно/научноисследовательской деятельности, и важным является именно содержание и владение представленной информацией. В этом случае при оценке доклада может быть использована любая совокупность из следующих критериев: – соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам; – проблемность / актуальность; – новизна / оригинальность полученных результатов; – глубина / полнота рассмотрения темы; – доказательная база / аргументированность / убедительность / обоснованность выводов; – логичность / структурированность / целостность выступления; – речевая культура (стиль изложения, ясность, четкость, лаконичность, красота языка, учет аудитории, эмоциональный рисунок речи, доходчивость, пунктуальность, невербальное сопровождение, оживление речи афоризмами, примерами, цитатами и т.д.); – используются ссылки на информационные ресурсы (сайты, литература); – наглядность / презентабельность (если требуется); – самостоятельность суждений / владение материалом / компетентность. Если доклад сводится к краткому сообщению (10 минут), может сопровождаться презентацией (10-15 слайдов) и не может дать полного представления о проведенной работе, то необходимо оценивать ответы на вопросы и, если есть, отчет/пояснительную записку.

Критерии оценки доклада по баллам:

11 балл выставляется студенту, если представлен содержательный и краткий анализ нескольких источников соответствующей литературы по выбранной проблеме, имеются выводы, которые аргументированы и совпадают с заявленной темой и целями работы, кроме текста доклада хорошо владеет иллюстративным материалом

1-10 балла выставляется студенту, если доклад рассказывается, но не объясняется суть работы, автор владеет базовым аппаратом, в докладе дается поверхностное представление о выбранной проблеме теоретического исследования;

0 баллов выставляется студенту, если текст доклада зачитывается, работа списана, скачана из Интернета или не выполнена.

#### **Темы для написания доклада**

1. Предмет, задачи и методы психологии спорта.
2. Цель и особенности психологии спорта как научной дисциплины.
3. Мотивация при занятиях физической культурой и спортом.
4. Воспитательное воздействие физической культуры и спорта.
5. Учет возрастных особенностей в физическом воспитании.

6. Виды активности и факторы ее обуславливающие.
7. Способы повышения активности учащихся на уроке.
8. Теории построения и управления движениями.
9. Предпосылки к обучению движениям.

**Контрольная работа** – форма проверки и оценки усвоенных знаний. Состоит она из задач или определенного количества вопросов, либо совокупности вопросов и заданий. Проведение контрольных работ позволяет определить способности студентов к логическому мышлению и изложению определенной точки зрения по конкретным проблемам дисциплины. Контрольная работа показывает, насколько студенты владеют умением использовать приобретенные знания в процессе анализа конкретных проблем.

В ходе выполнения контрольной работы студенту необходимо показать свое умение видеть разные способы решения поставленных проблем и способность выбирать собственную позицию, работать с литературой. Выполнять контрольную работу необходимо в следующем порядке: вначале следует выбрать вариант задания, затем подобрать литературу, изучить источники, обдумать ответы на заданные в работе вопросы, написать работу, излагая данные последовательно, логично и аргументировано, последний этап – оформление работы и представление ее преподавателю. Изложение материала теоретической части работы должно характеризоваться краткостью и простотой. Приветствуется самостоятельность предположений, когда студент применяет в работе положительный профессиональный опыт.

#### **Требования к контрольной работе:**

1. Необходимость соблюдения всех требований, которые предъявляются к научной рукописи;
2. Наличие авторского видения проблемы и оригинальности выдвигаемых идей;
3. Присутствие в тексте работы логики изложения материала;
4. Практическое применение элементов исследовательской деятельности: аналитический обзор литературы по теме;
5. Наличие в тексте сравнительного анализа нескольких концепций, источников и т. п.;
6. Способность автора увязать содержание работы с аспектами своей профессиональной деятельности;
7. Использование знаний, которые усваивает студент в ходе самостоятельной работы по курсу «Основы компьютерной психодиагностики».
8. Работа должна быть написана на основании углубленной проработки классических текстов отечественных и зарубежных авторов;
9. Работа должна иметь надлежащее эстетическое оформление.

#### **Критерии оценки контрольной работы для очной формы обучения:**

13-25 баллов ставится, если в контрольной работе полностью раскрывается смысл предлагаемого вопроса; ответы логически выстроены; структура ответа ясная и четкая; объем соответствует предъявляемым требованиям; текст написан стилистически грамотно, без орфографических ошибок.

1-12 баллов ставится, если в контрольной работе частично раскрывается заявленная тема; отражены отдельные, но важнейшие научные подходы и направления исследований по данной проблематике, односторонне описаны результаты исследований; содержание работы в основном соответствует плану, логически выстроено; структура работы ясная, но есть отступления от основной линии изложения; объем работы соответствует установленным требованиям; выводы и заключение в основном отражают результаты работы; текст написан стилистически грамотно, без орфографических ошибок.

0 баллов ставится, если в контрольной работе не раскрыт поставленный вопрос, содержание работы не соответствует плану, логически не выстроено; отсутствует ясная, четкая структура работы; объем работы не соответствует установленным требованиям; текст написан стилистически неграмотно, с орфографическими ошибками.

### **Ориентировочные вопросы для контрольной работы:**

1. Что является предметом психологии спорта?
2. Опишите, как психология спорта связана с другими науками о человеке.
3. Назовите основные, «ключевые» проблемы психологии спорта.
4. Перечислите основные методы восстановления психической работоспособности.
5. Перечислите основные методы психопрофилактики неблагоприятных психических состояний.
6. Назовите основные факторы, влияющие на поддержание хорошего настроения.
7. Назовите основные группы психофармакологических препаратов в спорте и принципы их применения.
8. Какова психогигиеническая роль психологического климата в спортивном коллективе?
9. Какую роль играет психогигиена в работе тренера?
10. Назовите основные виды психологической подготовки в спорте.
11. Что входит в систему общей психологической подготовки спортсмена?
12. Какие основные техники применяются в процессе специальной психологической подготовки спортсмена?
13. Дайте краткую характеристику мобилизующих, корригирующих и релаксирующих упражнений в системе психологической подготовки.
14. Приведите примеры вербальных воздействий, которые применяют тренеры в вашем виде спорта.
15. Какие факторы необходимо учитывать в процессе индивидуализации психологической подготовки спортсмена?
16. Какими психологическими механизмами определяется надежность спортсмена?

**Практико-ориентированные задания.** Подобного рода задания позволяют обучающимся усвоить знания в процессе их активного обсуждения, хотя степень их активности может быть различной. Здесь закрепляются знания, полученные на лекциях или из книг, в процессе их пересказа или обсуждения. Подготовка по первоисточникам (а не только учебникам), выступление с сообщениями расширяют знания обучающихся по курсу.

Критерии оценки ответа на вопрос в ходе семинарских занятий (в баллах):

- 2 балла выставляется студенту, если выступление произвело яркое впечатление, ответ студента выстроен четко, кроме того, студент не зачитывает ответ, а рассказывает.

- 1 балл выставляется студенту, если ответ аргументированный, четко построен, но зачитывается;

- 0 баллов выставляется студенту, если студент не смог дать четкого ответа на поставленный вопрос.

### **Типовые практико-ориентированные задания для семинарских занятий**

#### **Задание № 1**

**1. Проанализировать и зафиксировать в виде опорного конспекта следующие вопросы для устного обсуждения:**

1. Психологическое содержание понятий «физическая культура», «физическое воспитание» и «спорт».
2. Психология спорта, спортивная психология.
3. Психология физического воспитания.
4. Взаимосвязь психологии физического воспитания и психологии спорта

#### **Задание № 2**

**1 Проанализировать и зафиксировать в виде опорного конспекта следующие вопросы для устного обсуждения:**

- 1 Психологическая характеристика спорта как вида деятельности, основные подходы к ее изучению
- 2 Психологическая структура спортивной деятельности, ее особенности
- 3 Психологическая систематика видов спорта и соревновательных упражнений

### **Задание № 3**

**1 Проанализировать и зафиксировать в виде опорного конспекта следующие вопросы для устного обсуждения:**

1. Понятия «мотив», «мотивация», «потребностно-мотивационная сфера» в спортивной деятельности;
2. Особенности мотивации на различных этапах достижения спортивного мастерства;
3. Мотивация достижения и избегания неудач в спортивной деятельности;
4. Формирование мотивации спортивной деятельности.

### **Задание № 4**

**1. Проанализировать и зафиксировать в виде опорного конспекта следующие вопросы для устного обсуждения:**

1. Структура личности спортсмена
2. Особенности проявления основных свойств нервной системы у спортсменов различных видов спорта
3. Индивидуальный стиль деятельности и типологические особенности личности спортсмена
4. Особенности проявления темперамента в спорте

### **Задание № 5**

**1. Проанализировать и зафиксировать в виде опорного конспекта следующие вопросы для устного обсуждения:**

1. Волевые характеристики спортсмена
2. Локус контроля в спорте
3. Стрессоустойчивость в спорте
4. Средства и методы регуляции неблагоприятных психических состояний

## ***4.3. Рейтинг-план дисциплины***

Рейтинг-план дисциплины представлен в приложении №2

### **5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

Основная литература:

1. **Загайнов, Р.М.** Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления [электронный ресурс] / Р.М. Загайнов .— Москва : Советский спорт, 2010 .— 232 с. — ISBN 978-5-9718-0483-3 .— <URL:<http://biblioclub.ru/>

Дополнительная литература:

1. Вредные привычки и их профилактика / Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2010. - 212 с. : табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/>
2. Социальная психология [Электронный ресурс]: учебник / Под ред. А. М. Столяренко .— М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2015 .— 431 с. — Доступ к тексту электронного

издания возможен через Электронно-библиотечную систему "Университетская библиотека online" . — ISBN 978-5-7567-0274-3 . — <URL:<http://biblioclub.ru/>>

**5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины**

№	Учебные и научные ресурсы	Характеристика	Доступ	Регистрация	Ссылка на ресурс
<b>Учебные ресурсы</b>					
1.	Электронно-библиотечная система «Электронный читальный зал»	Полнотекстовая БД учебных и научных электронных изданий, в т.ч. содержит внутривузовские издания	Авторизованный доступ по паролю из любой точки сети Интернет	Регистрация в Отделе Электронной информации Библиотеки (корпус физмата, читальный зал №2)	<a href="https://bashedu.bibliotech.ru/Account/LogOn">https://bashedu.bibliotech.ru/Account/LogOn</a>
2.	Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека online»	Полнотекстовая БД учебных и научных электронных изданий	Авторизованный доступ по паролю из любой точки сети Интернет	Регистрация с любого ПК из сети БашГУ,	<a href="http://www.biblioclub.ru/">http://www.biblioclub.ru/</a>
3.	Электронно-библиотечная система издательства «Лань»	Полнотекстовая БД учебных и научных электронных изданий	Авторизованный доступ по паролю из любой точки сети Интернет	Регистрация с любого ПК из сети БашГУ	<a href="http://e.lanbook.com/">http://e.lanbook.com/</a>
<b>Российские научные ресурсы</b>					
4.	Научная электронная библиотека (eLibrary)	Полнотекстовая и аннотированная БД электронных научных изданий и публикаций в периодических изданиях	Авторизованный доступ по паролю в сети вуза. Пользование ресурсами открытого доступа с любого компьютера в сети Интернет	Регистрация с любого ПК из сети БашГУ.	<a href="http://elibrary.ru/">http://elibrary.ru/</a>
5.	База данных «Вестник Московского университета» (на платформе East View)	Полнотекстовая БД научных статей, опубликованных в журнале «Вестник МГУ» (25 серий)	Авторизованный доступ по паролю в сети вуза	Без регистрации	<a href="http://online.ebiblioteka.ru/">http://online.ebiblioteka.ru/</a>

**6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Наименование дисциплины	Наименование специальных	Оснащенность специальных	Перечень лицензионного
-------------------------	--------------------------	--------------------------	------------------------

<b>(модуля), практик в соответствии с учебным планом</b>	<b>помещений и помещений для самостоятельной работы</b>	<b>помещений и помещений для самостоятельной работы</b>	<b>программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа</b>
Психология спорта	<p><b>1. учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа:</b> аудитория № 606, № 607 (гуманитарный корпус).</p> <p><b>2. учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа:</b> аудитория № 601 а, № 601 б, (гуманитарный корпус).</p> <p><b>3. помещения для самостоятельной работы:</b> читальный зал, ауд. № 605 (гуманитарный корпус).</p>	<p><b>Аудитория № 606</b> Учебная мебель, доска, мультимедийный проектор Panasonic PT-LB78BE, экран настенный Classic Norma 244*183, ноутбук Lenovo G570, 15.6, Intel Celeron, 2 Gb</p> <p><b>Аудитория № 607</b> Учебная мебель, доска, мультимедийный проектор Panasonic PT-LB78BE, экран настенный Classic Norma 244*183, ноутбук Lenovo G570, 15.6, Intel Celeron, 2 Gb</p> <p><b>Аудитория № 601 а</b> Учебная мебель, доска</p> <p><b>Аудитория № 601 б</b> Учебная мебель</p> <p><b>Читальный зал № 5</b> (гуманитарный корпус) Учебная мебель – 27 посадочных мест, учебно-наглядные пособия, принтер Kyocera M130 – 1 шт., сканер Epson V33 – 1 шт., моноблок Compaq Intel Atom, 20.0”, 2 GB, Моноблок IRu 502, 21.5”, Intel Pentium, 4 GB, огнетушитель – 1 шт., подставка автосенсорная на сканер – 1 шт.</p> <p><b>Аудитория № 605</b> Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, доска, экран подвесной пружинный 160*160 БМ</p>	<p>Microsoft Windows (договор №104 от 17.06.2013) Microsoft Office (договор №114 от 12.11.2014)</p>



ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

дисциплины «Психология спорта» на 4 семестр, очная форма обучения

<b>Вид работы</b>	<b>Объем дисциплины</b>
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	72/2
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	38,2
лекций	14
практических / семинарских	24
лабораторных	-
контроль самостоятельной работы (КСР)	-
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем)	0,2
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР) включая подготовку к экзамену/зачету	33,8
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	-

Форма контроля: зачет, 4 семестр



№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)			Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		ЛК	ПР/СЕМ	СРС			
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Тема 1. Предмет, задачи и методы психологии спорта.	2	4	5	Осн.:1 Доп.:1,2	Конспектирование Гл. 2 «Предмет, задачи и методы в спортивной психологии» из книги Попова А.Л. «Спортивная психология» (С.21-39)	Устное сообщение, конспект, реферат
2.	Тема 2. Психологическая структура и характеристика спортивной деятельности.	2	4	5	Осн.:1 Доп.:1,2	Конспектирование научной статьи М.Н. Фирсова «Психологический аспект спортивной деятельности» из журнала «Фундаментальные исследования» №1 за 2005 г. (С.89-90)	Устное сообщение; доклад; конспект
3.	Тема 3. Индивидуально-типические особенности и их проявление в спортивной деятельности.	2	4	5	Осн.:1,2 Доп.: 13,14	Конспектирование статьи В.В. Воронцова «Проявление индивидуально-типологических особенностей	Устное сообщение, контрольная работа (письменные ответы на вопросы), конспектирование

						личности в спортивной деятельности» из журнала «Сибирский педагогический журнал» №5 за 2010 г. (С. 373-381)	
4.	Тема 4. Личностные особенности и их проявление в спортивной деятельности.	2	4	6,3	Осн.:1 Доп.:1,2	Конспектирование подпункта 7.1. «Пригодность к спортивной деятельности и типологические особенности» Гл. 7 «Индивидуально-типические особенности и их проявление в спортивной деятельности» из книги Е.П. Ильина «Психология спорта» (С.91-97)	Устное сообщение; конспект
5.	Тема 5. Психология общения в спорте.	3	4	6,3	Осн.:1 Доп.:1,2	Конспектирование Гл. 7 «Психология личности и коллектива в спорте» из книги Попова А.Л. «Спортивная психология» (С.99-111)	Устное сообщение, контрольная работа (письменные ответы на вопросы); конспект
6.	Тема 6. Психология спортивных групп.	3	4	6,2	Осн.:1 Доп.:1,2	Написать эссе на тему «Роль психолога в современном спорте: минусы и плюсы»	Устное сообщение; тест; эссе
<b>Всего часов</b>		14	24	33,8			Зачет

**Рейтинг-план дисциплины  
«Психология спорта»**

Специальность: Психология служебной деятельности

Курс: 2, семестр: 4

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
<b>Модуль 1 (тема 1-3)</b>				
<b>Текущий контроль</b>				
1. Практико-ориентированные задания	2	3	0	6
2. Доклад	11	1	0	11
3. Устное сообщение	1	6	0	6
4. Эссе	2	1		2
<b>Рубежный контроль</b>				
1. Контрольная работа	25	1	0	25
<b>Модуль 2 (тема 4-6)</b>				
<b>Текущий контроль</b>				
1. Реферат	9	1	0	9
2. Практико-ориентированные задания	2	3	0	6
3. Конспект	2	5	0	10
<b>Рубежный контроль</b>				
1. Контрольная работа	25	1	0	25
<b>Поощрительные баллы</b>				
1. Участие в олимпиаде	10	1	0	10
<b>Посещаемость (баллы вычитаются из общей суммы набранных баллов)</b>				
1. Посещение лекционных занятий			0	-6
2. Посещение практических (семинарских, лабораторных занятий)			0	-10
<b>Итоговый контроль</b>				
Зачет				