


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

**УТВЕРЖДЕНО**  
на заседании Педагогического совета  
Медицинского колледжа им. А.Л.Полещова ИМЭиФК  
протокол № 11 от 20 июня 2024 г

Филиппова С.И.  
*подпись руководителя учебного подразделения СПО*



### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная дисциплина	<i>ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ</i>
Учебное подразделение	<i>МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ</i>
Курс	2

Специальность 49.02.02 Адаптивная физическая культура  
*код специальности, полное наименование*

Направленность *(при наличии)*  
(отрасль, вид инструмента) \_\_\_\_\_  
*полное наименование*

Форма обучения \_\_\_\_\_ очная \_\_\_\_\_  
*очная, заочная, очно-заочная (указать только те, которые реализуются)*

Дата введения в учебный процесс УЛГУ: «1» сентября 2024 г

Программа актуализирована на заседании ПЦК/УМС: протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г

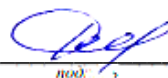
Сведения о разработчиках:

ФИО	Должность, ученая степень, звание
Шевчук Меги Тариеловна	Преподаватель
Мацкевич Алексей Николаевич	Преподаватель

*(при наличии)*


**СОГЛАСОВАНО**

Председатель ПЦК общепрофессиональных  
дисциплин  
*(указать наименование)*

  
*подпись*

/Апполонова О.С.  
ФИО

«20» июня 2024г.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УД

### 1.1. Цели и задачи, результаты освоения (знания, умения)

Цель:


- изучение общих основ психологии для формирования профессиональных компетенций по решению психологических задач, связанных с различными аспектами педагогического процесса и организацией воспитательной деятельности в образовательных учреждениях;
- освоение основных понятий психологии;
- формирование представлений о феноменах и закономерностях социального поведения личности и различных групп;
- формирование умений социально-психологического анализа феноменов педагогического взаимодействия;
- формирование навыков применения социально-психологических знаний в будущей профессиональной педагогической деятельности и повседневной жизни.

Задачи:

- изучение познавательных процессов человека;
- формирование знаний о структуре личности, о функциях и средствах общения, формирование представлений об основах психосоматики, психогигиене, психопрофилактике и психотерапии;
- формирование знаний о возрастных, типологических и индивидуальных особенностях обучающихся, их учет в обучении и воспитании, в том числе при организации физкультурно-спортивной деятельности;
- формирование знаний о возрастных особенностях детей с ограниченными возможностями здоровья.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01, ОК 02, ОК 09	распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;
	оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;
	использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач	порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
	понимать общий смысл четко про-	номенклатура информационных ис-

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

	изнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы;	точников, применяемых в профессиональной деятельности;
	участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;	лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности;
	осуществлять мониторинг и анализ современных психолого-педагогических и методических ресурсов для профессионального роста в области организации обучения обучающихся;	образовательные запросы общества и государства в области обучения обучающихся
	организовывать взаимодействие с семьей и коллегами в разнообразных формах (родительские собрания, педагогические советы, методические совещания, беседы, консультации и т.д.);	образовательные запросы общества и государства в области внеурочной деятельности обучающихся
	консультировать родителей по вопросам семейного воспитания, социального, психического и физического развития ребенка;	особенности планирования, содержание, формы, методы и технологии взаимодействия с родителями обучающихся (их законными представителями)
	организовывать разнообразные формы взаимодействия с семьей (родительские встречи, консультации, беседы и др.), привлекать родителей к проведению совместных мероприятий;	
изучать особенности семейного воспитания обучающихся		

### 1.2. Место дисциплины в структуре ППСЗ.

Программа по УД *ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ* является частью образовательной программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура в части освоения дисциплин общепрофессионального цикла.


Учебная дисциплина ПСИХОЛОГИЯ обеспечивает формирование и развитие общих компетенций ОК01, ОК02, ОК09

### 1.3. Количество часов на освоение программы 137ч

## СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УД


### 2.1. Объем и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	137/137
в том числе:	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

теоретическое обучение	82/82
практические занятия	55/55
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	-
Текущий контроль знаний в форме	
- устный опрос	
- письменный опрос,	
- тестирование	
- решение ситуационных задач	
<i>Промежуточная аттестация в форме</i>	<i>дифзачета</i>


В случае необходимости использования в учебном процессе частично/ исключительно дистанционных образовательных технологий в таблице через слеш указывается количество часов работы ППС с обучающимися, для проведения занятий в дистанционном формате с применением электронного обучения

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		


## 2.2. Тематический план и содержание

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, Самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Коды общих и профессиональных компетенций, личностных, метапредметных, предметных результатов, формированию которых способствует элемент программы, в т.ч. в соответствии с программой воспитания	
1	2	3		


<b>Раздел 1. Введение в психологию</b>				
Тема 1.1	<b>Содержание учебного материала</b>			
Предмет и задачи психологии как науки.	Предмет и задачи психологии как науки. Сравнительная характеристика научной и житейской психологии. Отрасли психологии. Связь психологии с другими науками. Связь психологии с педагогической наукой и практикой	2	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
Тема 1.2	<b>Содержание учебного материала</b>			
Методологические принципы современной психологии.	Понятие о методе научного познания в психологии. Методы психологии на разных этапах ее развития: метод интроспекции, объективные методы, психоанализ, методы психологической помощи. Основные методы психологических исследований. Классификация Б.Г. Ананьева.	2	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
Тема 1.3	<b>Содержание учебного материала</b>			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Психика и ее развитие	Понятие о психике. Возникновение и развитие психики. Гипотеза А. Н. Леонтьева о чувствительности. Эволюция психики. Основные стадии развития психики животных. Общее представление о формах поведения: инстинкт, научение, навык, интеллект. Физиологические основы психики человека	2	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
Тема 1.4	<b>Содержание учебного материала</b>			
Сознание человека	Сознание как высшая форма отражения человеком действительности. Структура сознания. Культурно-историческая концепция развития психики человека. Понятие высшей психической функции. Основные источники развития высших психических функций у человека. Сравнение психики человека и животных. Сознание и бессознательное. Общая характеристика неосознаваемых психических процессов.	2	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
Тема 1.5	<b>Содержание учебного материала</b>			
Деятельность	Основные понятия психологической теории деятельности. Макроструктура деятельности. Соотношение внешней и внутренней деятельности. Освоение деятельности.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b> Решение психологических задач по теме «Деятельность»	2		
<b>Раздел 2. Познавательные психические процессы</b>				
Тема 2.1	<b>Содержание учебного материала</b>			
Ощущения	Понятие об ощущениях, функции ощущений. Физиологические механизмы ощущений. Классификация видов ощущений. Основные свойства ощущений: (чувствительность, адаптация, контраст ощущений, сенсбилизация, синестезия).	2	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

	<b>Практическое занятие</b> 1. Исследование взаимодействий ощущений и компенсаторных возможностей ощущений 2. Решение психологических задач по теме «Ощущения»	2		
Тема 2.2	<b>Содержание учебного материала</b>			
Восприятие	Понятие о восприятии, свойства восприятия: предметность, целостность, константность и осмысленность восприятия. Зависимость восприятия от характера деятельности. Роль моторных компонентов в восприятии. Классификация видов восприятия.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b> 1. Иллюзии зрительного восприятия 2. Решение психологических задач по теме «Восприятие»	2		
Тема 2.3	<b>Содержание учебного материала</b>			
Внимание	Понятие о внимании, функции внимания. Свойства внимания: устойчивость, объем внимания, переключение, сосредоточенность, распределение внимания. Рассеянность и ее виды. Виды внимания. Непроизвольное, произвольное и послепроизвольное внимание. Развитие внимания.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b> 1. Изучение свойств внимания по результатам диагностического исследования. 2. Решение психологических задач по теме «Внимание»	2		
Тема 2.4	<b>Содержание учебного материала</b>			
Память	Определение и общая характеристика памяти. Понятие об ассоциациях, виды ассоциаций. Процессы памяти. Свойства и виды памяти.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b> 1. Исследование индивидуальных особенностей памяти. Развитие памяти. Мнемотехника. 2. Решение психологических задач по теме «Память»	2		
Тема 2.5	<b>Содержание учебного материала</b>			


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Воображение	Понятие о воображении, функции воображения. Виды воображения. Приемы воображения. Воображение и творчество. Понятие о креативности. Развитие воображения.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b>	2		
	<b>1. Решение психологических задач по теме «Воображение»</b>			
Тема 2.6	<b>Содержание учебного материала</b>			
Мышление	Понятие о мышлении как высшей форме познавательной деятельности. Виды мышления. Предметно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое мышление. Операции мышления. Процесс решения мыслительных задач. Формы мышления: понятие, суждение, умозаключение. Развитие мышления	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b>	2		
	<b>1. Исследование особенностей мышления на основе результатов диагностического исследования.</b>			
	<b>2. Решение психологических задач по теме «Мышление»</b>			
Тема 2.7	<b>Содержание учебного материала</b>			
Речь	Речь и ее функции. Речь как средство общения (коммуникация) и обобщения (мышления). Отличие речи от языка. Значение и смысл. Соотношение мышления и речи. Представление о внутренней речи, ее структура и значение. Эгоцентрическая речь. Развитие речи.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b>	2		
	<b>1. Решение психологических задач по теме «Речь»</b>			
<b>Раздел 3. Личность.</b>				
Тема 3.1	<b>Содержание учебного материала</b>			




Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		


Структура личности	Понятия «индивид», «личность», «индивидуальность», «субъект», их соотношение. Понятие о человеке как субъекте и личности. Психологическая структура личности, направленность, формы направленности: влечение и желание, интересы, склонности, идеалы, мировоззрение, убеждения. Самосознание личности. Я-концепция. Механизмы психологической защиты.	2	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
Тема 3.2	<b>Содержание учебного материала</b>			
Развитие личности в деятельности	Направленность личности, формы ее проявления. Рождение личности. Развитие личности в деятельности, сам осознание личности. Типология личностей: гармонические, акцентуированные, психопатические. Формирование личности.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b>	2		
	<b>1. Решение психологических задач по теме «Личность»</b>			
Тема 3.3	<b>Содержание учебного материала</b>			
Эмоционально-волевая сфера личности	Общая характеристика эмоций. Физиологическая основа эмоций. Функции и виды эмоций. Высшие чувства. Развитие эмоций. Воля: понятие, значение. Структура волевого акта. Мотивация и волевая активность. Волевые качества человека и их развитие.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b>	2		
	<b>1. Психологические состояния и их регуляция.</b>			
	<b>2. Исследование волевых качеств личности.</b>			
	<b>3. Решение психологических задач по теме «Эмоционально-волевая сфера личности»</b>			
Тема 3.4	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психологические состояния и их регуляция.	Волевое регулирование поведения в профессиональной деятельности. Зависимость уровня волевой регуляции познания от интенсивности и длительности волевого усилия и результата в достижении цели.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		


	<b>Практическое занятие</b> 1. Решение психологических задач по теме «Психологические состояния»	2		
Тема 3.5	<b>Содержание учебного материала</b>			
Темперамент	Понятие о темпераменте. Физиологические основы и психологические характеристики темперамента. Типологии темперамента.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b> 1. Исследование типов темперамента. 2. Решение психологических задач по теме «Темперамент»	2		
Тема 3.6	<b>Содержание учебного материала</b>			
Характер	Понятие о характере. Соотношение темперамента и характера. Типологии характера. Формирование характера.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b> 1. Исследование типа характера на основе самодиагностики. 2. Решение психологических задач по теме «Характер»	2		
Тема 3.7	<b>Содержание учебного материала</b>			
Способности	Понятие о способностях. Задатки и способности. Врожденное и приобретенное. Виды способностей. Развитие способностей.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b> 1. Исследование творческих способностей. 2. Решение психологических задач по теме «Способности»	2		
Тема 3.8	<b>Содержание учебного материала</b>			
Девиантное поведение	Поведенческая норма. Девиантное поведение. Виды девиантного поведения. Агрессивное поведение. Нарушения пищевого поведения. Коммуникативные девиации. Девиация стиля поведения	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практическое занятие</b> 1. Решение психологических задач по теме «Девиантное поведение»	2		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		


<b>Раздел 3</b>	<b>Психология физической культуры и спорта</b>			
<b>Тема 3.1</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Предмет психологии физического воспитания и спорта.	Особенности и задачи физического воспитания на разных этапах истории человеческого общества. Актуальные задачи психологии физического воспитания: разработка психологических основ физического воспитания, изучение психологических предпосылок приобретения различных групп населения к здоровому образу жизни, разработка психологических основ подготовки специалистов в области разных форм физической культуры. Связь психологии с биологией, физиологией, медициной и другими науками.	<b>2</b>	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
<b>Тема 3.2</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психологические основы обучения на уроках физической культуры.	Развитие внимания и способы поддержания его устойчивости. Особенности мыслительной деятельности и эффективного восприятия на уроках ФК. Особенности проявления памяти.	<b>4</b>	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практические занятия</b>	2		
	1. Работа с метафорическими картами 2. Тренинг по развитию памяти, внимания и мышления			
<b>Тема 3.3</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психологическая характеристика физических качеств.	Психологическая характеристика быстроты, выносливости, силы, ловкости и гибкости. Стадии формирования двигательных навыков. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных действий. Роль представлений в управлении движениями.	<b>6</b>	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	4		
	<b>Практические занятия</b>	2		
	1. Составление ментальных карт занятия. 2. Разбор практических кейсов по теме занятия.			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		


<b>Тема 3.4</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Интерес к физической культуре как фактор повышения активности учащихся.	Факторы, способствующие повышению активности школьников на уроках физической культуры. Мотивы к занятиям упражнениями на уроке ФК и самостоятельно. Способы повышения мотивации к активной физической деятельности.	<b>4</b>	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практические занятия</b> 1. Встреча с профессиональными спортсменами области. 2. Разбор практических кейсов по теме занятия.	2		
<b>Тема 3.5</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психологические особенности спортивной деятельности.	Психологическая характеристика физических качеств. Специализированное восприятия в спорте.	<b>4</b>	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практические занятия</b> 1. Разбор типичных примеров из спорта –решение практических кейсов 2. Просмотр документального фильма по теме занятия	2		
<b>Тема 3.6</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Реакция в спорте	Понятие о реакции. Простые и сложные реакции. Принципы формирования простых и сложных реакций в спорте. Реакция как одно из проявлений быстроты.	<b>2</b>	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
<b>Тема 3.7</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		


Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе	Уровень психологического напряжения и перенапряжения в спорте. Механизмы доминанты. Волевая регуляция. Стадии психического перенапряжения. Общие и специфические признаки перенапряжения.	2	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
<b>Тема 3.8</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Предсоревновательные психические состояния	Понятия о боевой готовности, стартовой апатии, стартового безразличия.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практические занятия</b>	2		
	1. Посещение тренировок спортсменов 2. Экскурсия на спортивные объекты и соревнования.			
<b>Тема 3.9</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Причины динамики предсоревновательного психического напряжения.	Основные причины динамики предсоревновательного психического напряжения.	2	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
<b>Тема 3.10</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Экстремальные ситуации соревновательного характера, как фактор, снижающий результативность в спортивной деятельности	Понятие об экстремальных ситуациях (ЭС) в спорте. Основные трудности ЭС. Эмоциональная устойчивость спортсмена. Классификация ЭС. Группы препятствий в спорте.	2	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
<b>Тема 3.11</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психологическое обеспечение физической подготовки спортсменов.	Структура специальных знаний и физических качеств. Формирование понятий и представлений о физических качествах. Специализированное восприятие физических качеств.	2		Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
<b>Тема 3.12</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психологическое обеспечение технической подготовки спортсменов.	Понятия о технике двигательных действий. Особенности психических процессов в осуществлении технической подготовки спортсменов.	2	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
<b>Тема 3.13</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психологическое обеспечение тактической подготовки спортсменов	Структура тактического действия спортсмена. Восприятие спортивной ситуации. Умственное решение тактической задачи. Психомоторная реализация тактической задачи.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

	<b>Практические занятия</b> 1. Составление ментальной карты занятия 2. Оформление тактической карты спортсмена.	2		
<b>Тема 3.14</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Тактическое мышление спортсмена	Понятие о тактическом мышлении спортсмена. Особенности тактического мышления спортсмена. Интуиция.	2	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
<b>Тема 3.15</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психология личности учителя физической культуры и тренера	Психологические особенности личности тренера как педагога, воспитателя и руководителя спортивных групп. Критерии профессионализма в деятельности тренера. Социально-психологические особенности спортивной группы. Формальная и неформальная структура группы. Распределение социальных ролей.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практические занятия</b> 1. Формирование социогаммы 2. Работа с метафорическими картами	2		
<b>Тема 3.16</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психология учащегося как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры	Мотивационная сфера учащегося. Самосознание. Волевая сфера. Типологические особенности личности учащегося. Понятие об индивидуальности. Методы психолого-педагогического изучения учителем физической культуры личности учащегося.	4	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практические занятия</b> 1. Работа с метафорическими и ментальными картами 2. Составление опросников	2		
<b>Тема 3.17</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Психология личности спортсмена	Личность спортсмена как субъекта спортивной деятельности. Формирование личности спортсмена. Методики изучения структурных компонентов личности спортсмена. Исследование личности спортсмена в системе общественных отношений.	<b>4</b>	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практические занятия</b> 1. Проективные методики 2. Работа с метафорическими картами 3. Анкетирование	2		
<b>Тема 3.18</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психология спортивных групп.	Социально-психологические особенности спортивной группы. Лидерство в спортивной группе. Социально-психологический климат. Успешность спортивной деятельности и общение. Особенности взаимоотношений в системе «тренер-спортсмен»	<b>4</b>	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практические занятия</b> 1. Стили руководства. 2. Лидерство в спортивной группе. 3. Социально-психологический климат. 4. Особенности социальной позиции школьника- спортсмена в классе.	2		
<b>Тема 3.19</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психологическое сопровождение спортивной деятельности	Мотивация спортивной деятельности. Психологические основы диагностики в спорте и отбора в спорте. Психологические особенности спортивного соревнования. Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Основы планирования психологической подготовки спортсменов к соревнованиям.	<b>4</b>	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практические занятия</b> 1. Работа с метафорическими и ментальными картами 2. Ментальная тренировка 3. Проективные методики	2		




Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

<b>Тема 3.20</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психогигиена спорта	Основы психогигиены в спорте. Задачи психогигиены спорта. Методы психогигиены спорта.	<b>4</b>	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		
	<b>Практические занятия</b>	3		
	<b>1. Работа с метафорическим и ментальными картами</b>			
<b>Тема 3.21</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			
Психорегуляция в спорте	Основы психорегуляции в спорте. Классификация методов психорегуляции. Понятие об избыточном нервно-психическом напряжении. Понятие о фрустрации.	<b>2</b>	ЦО1-ЦО8 ОК 01, ОК02 ОК 09	Устный опрос
	<b>Теоретическое обучение</b>	2		


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

Перечень вопросов к диф зачету


1. Основные проблемы, предмет и задачи возрастной психологии.
2. Основные понятия возрастной психологии.
3. История становления статуса и понятия «детство».
4. Методы, используемые в возрастной психологии.
5. Понятие «движущие силы психического развития», «факторы психического развития»
6. Понятие «кризисов» и их роль в развитии в трудах отечественных психологов
7. Проблемы построения периодизации психического развития (виды, критерии)
8. Понятие «Возраст», его виды в психологии, проблемы установления возрастных норм.
9. Пренатальный этап в развитии ребенка и его специфика.
10. Психологическая характеристика кризиса новорожденности.
11. Основные закономерности развития в грудной стадии, проявления социальности.
12. Кризис одного года: суть, формы проявления, новообразования.
13. Основные закономерности развития ребенка в раннем возрасте.
14. Развитие речи у детей раннего возраста: основные этапы речевого развития.
15. Кризис трех лет: суть, формы проявления, новообразования.
16. Общая психологическая характеристика развития ребенка в период дошкольного детства
17. Развитие личности в дошкольном возрасте
18. Игра, как ведущая деятельность дошкольного возраста.
19. Кризис семи лет: причины, источники, формы проявления, новообразования.
20. Психологическая характеристика готовности к обучению в школе.
21. Проблема обучения детей с 6 лет.
22. Личностная и интеллектуальная готовность к школьному обучению.
23. Требования, предъявляемые к восприятию, вниманию, памяти, воображению детей при поступлении в школу.
24. Проблемы мотивации и школьной адаптации.
25. Психологические особенности младшего школьника.
26. Роль учебной деятельности в становлении самооценки и притязаний школьника.
27. Личностная нестабильность в подростковом возрасте.
28. Кризис подросткового возраста: источники, проявления.
29. Основные психологические новообразования подросткового возраста.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		


<p>30. Развитие самосознания и познавательных процессов в подростковом возрасте.</p> <p>31. Роль межличностного общения в подростковом и юношеском возрасте.</p> <p>32. Суть кризиса 17 лет, психологические особенности развития в период юности.</p> <p>33. Проблема периодизации взрослости, виды периодизаций.</p> <p>34. Личностное развитие в ранней взрослости.</p> <p>35. Личностное развитие в средней взрослости: кризис 30 лет.</p> <p>36. Личностное развитие в поздней взрослости: кризис 40 лет.</p> <p>37. Предпенсионный возраст, нормативный кризис (климакс).</p> <p>38. Динамика творческой продуктивности во взрослости.</p> <p>39. Психологическая характеристика старческого возраста: факторы старения, познавательные процессы.</p> <p>40. Личностное развитие в старческом возрасте.</p> <p>41. Развитие личности в деятельности, сам осознание личности.</p> <p>42. Понятие темперамент, типы темперамента</p> <p>43. Понятие характер, формирование характера, акцентуации характера.</p> <p>44. Понятие эмоций и чувств, классификация эмоциональных состояний человека.</p> <p>45. Ощущения: понятие, их роль в жизни и деятельности человека.</p> <p>46. Основные закономерности ощущения: пороги и явления адаптации.</p> <p>47. Понятие памяти, основные процессы памяти.</p> <p>48. Внимание: понятие, свойства внимания: устойчивость, объём, распределение, переключение.</p> <p>49. Взаимосвязь мышления с эмоциональными процессами.</p> <p>50. Виды мышления: наглядно- действенное, образное, абстрактно-логическое.</p> <p>51. Понятие речь, виды речи, основные функции речи.</p> <p>52. Психологическая классификация профессий.</p> <p>53. Профессиональная деформация личности.</p> <p>54. Группа как социально- психологический феномен.</p> <p>55. Механизмы психологического воздействия.</p> <p>56. Типы конфликтов.</p> <p>57. Динамика развития конфликта.</p> <p>58. Стратегия поведения в конфликтной ситуации.</p> <p>59. Альтруиз и агрессия.</p>			
---	--	--	--

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

<p>60. Психологические различия людей в конфликтах.</p> <p>61. Цели и задачи психологии физической культуры и спорта</p> <p>62. Взаимосвязь физического, психического, психомоторного развития.</p> <p>63. Психология личности учителя физической культуры и тренера</p> <p>64. Особенности общения и межличностных отношений школьников разного возраста на занятиях по физическому воспитанию</p> <p>65. Умственная работоспособность и физическая активность</p> <p>66. Психологические технологии сопровождения занятий по адаптивной физической культуре</p> <p>67. Критерии профессионализма в деятельности тренера.</p> <p>68. Стадии формирования двигательных навыков</p> <p>69. Формирование у учащихся опыта соперничества и сотрудничества на уроках физической культуры</p> <p>70. Развитие личности в условиях физического воспитания</p> <p>71. Лидерство в спортивной группе.</p> <p>72. Произвольность двигательных действий, ее развитие в детском возрасте.</p> <p>73. Общие психологические особенности спорта, как специфического вида деятельности</p> <p>74. Физиологические и психологические аспекты взаимосвязи эмоций и движения.</p> <p>75. Механизмы развития мотивации физкультурно-спортивной деятельности</p> <p>76. Снижение тревожности и агрессивности средствами физических упражнений, влияние физической подготовленности на устойчивость к эмоциональным стрессам.</p> <p>77. Развитие психомоторики на уроках физической культуры.</p> <p>78. Влияние физической подготовленности на устойчивость к эмоциональным стрессам.</p> <p>79. Факторы предрасполагающие наступлению заболевания и инвалидности: неблагоприятные, вредные, патогенные</p> <p>80. Критерии инвалидности, группы инвалидности.</p> <p>81. Внутренняя картина болезни как субъективное суждение и переживание больного человека.</p> <p>82. Детская инвалидность, причины, принципы определения инвалидности</p> <p>83. Профилактика детской инвалидности.</p> <p>84. Организация медико-социальной помощи инвалидам</p> <p>85. Психогигиена, психопрофилактика и психотерапия при заболеваниях и инвалидности</p> <p>86. Содержание понятий «здоровье», «болезнь», «патологические изменения», «патологическое состояние» и</p>			
---	--	--	--

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа учебной дисциплины		

<p>87. «заболевание».</p> <p>88. Влияние психического стресса на вероятность заболеваний и травм.</p> <p>89. Психологические особенности спортивной тренировки и соревнований</p> <p>90. Психологические особенности личности тренера как педагога, воспитателя и руководителя спортивных групп.</p> <p>91. Формирование у учащихся опыта соперничества и сотрудничества на уроках физической культуры</p> <p>92. Условия положительного влияния занятий по физической культуре на умственную работоспособность и интеллектуальное развитие</p> <p>93. Психологические технологии сопровождения занятий по адаптивной физической культуре</p> <p>94. Развитие нравственных и волевых свойств личности средствами физического воспитания</p> <p>95. Поведение типа А как фактор риска психогенных заболеваний.</p> <p>96. Факторы риска возникновения детской инвалидности</p> <p>97. Критерии жизнедеятельности, степени ограничения жизнедеятельности.</p> <p>98. Психические состояния в спортивной деятельности.</p> <p>99. Цели и задачи психологии болезни и инвалидности.</p> <p>100. Отличительные и общие черты психологии физического воспитания и спорта.</p>			
Всего	137		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф - Рабочая программа учебной дисциплины		

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УД

#### 3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация УД требует наличия учебного кабинета педагогики и психологии.

Помещение учебного кабинета удовлетворяет требования Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и оснащено типовым оборудованием, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

Оборудование кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место учителя;
- доска для записей;
- видеоматериал по разделам уроков;

Технические средства обучения:

- мультимедийный проектор;
- ноутбук

#### 3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Перечень рекомендуемых учебных изданий:

##### **Основная:**

1. Иванников, Вячеслав Андреевич. Психология : учебник для спо / Вячеслав Андреевич ; В. А. Иванников. - Москва : Юрайт, 2023. - 480 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/511990>

##### **Дополнительная:**

2. Крысько, Владимир Гаврилович. Психология в схемах и комментариях : учебное пособие для спо / Владимир Гаврилович ; В. Г. Крысько. - Москва : Юрайт, 2023. - 394 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/516997>

3. Рамендик, Дина Михайловна. Общая психология и психологический практикум : учебник и практикум для спо / Дина Михайловна ; Д. М. Рамендик. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 274 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/513329>


##### **Периодические издания:**

4. Universum: Психология и Образование / учредитель ООО Международный центр науки и образования. - Москва, 2024. - Издается с 2013 г. - Выходит 12 раз в год. - URL : <https://elibrary.ru/contents.asp?id=36852257>. - Открытый доступ ELIBRARY. - ISSN 2311-6099. - Текст : электронный.

5. Методология современной психологии / учредитель ООО Международная Академия психологических наук. - Москва, 2024. - Выходит 1 раз в год. - Издается с 2010 г. - URL : <https://elibrary.ru/contents.asp?titleid=50280>. - Открытый доступ ELIBRARY. - Текст : электронный.

6. Общество: социология, психология, педагогика : научный журнал / учредитель Издательский дом ХОРС. - Краснодар, 2024. - Выходит 12 раз в год. - Издается с 2011 г. - URL : <https://elibrary.ru/contents.asp?id=36881636>. - Открытый доступ ELIBRARY. - ISSN 2221-2795. - Текст : электронный.

Психолого-педагогический журнал Гаудеамус / учредитель ФГБОУ ВО "Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина" . - Тамбов, 2024. - Выходит 4 раза в год. - Издается с 2002 г. - URL : <https://elibrary.ru/contents.asp?id=39387663>. - Открытый доступ


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф - Рабочая программа учебной дисциплины		

ELIBRARY. - ISSN 1810-231X. - Текст : электронный

**Учебно-методическая:**

**Шевчук М. Т.** Методические рекомендации по дисциплине «Основы психологии» для студентов по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура / М. Т. **Шевчук** ; Ульян. гос. ун-т, Мед. колледж им. А. Л. Поленова. - 2024. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/15772>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный.

Согласовано:

Директор научной библиотеки / Бурханова М.М. /  / 2024  
Должность сотрудника научной библиотеки ФИО Подпись дата

*Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы*

### 1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2024]. - URL: <http://www.iprbookshop.ru>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство «ЮРАЙТ». - Москва, [2024]. - URL: <https://urait.ru>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Политехресурс». - Москва, [2024]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг». - Москва, [2024]. - URL: <https://www.rosmedlib.ru>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.


1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Букап». - Томск, [2024]. - URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС «Лань». - Санкт-Петербург, [2024]. - URL: <https://e.lanbook.com>. - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.7. ЭБС Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Знаниум». - Москва, [2024]. - URL: <http://znanium.com>. - Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

**2. КонсультантПлюс** [Электронный ресурс]: справочная правовая система. / ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2024].

**3. eLIBRARY.RU**: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». - Москва, [2024]. - URL: <http://elibrary.ru>. - Режим доступа : для авториз. пользователей. - Текст : электронный

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф - Рабочая программа учебной дисциплины		

**4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»** : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2024]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

**5. Российское образование** : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

**6. Электронная библиотечная система УлГУ** : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

Согласовано:

Инженер ведущий



Щуренко Ю.В. 2024

### 3.3. Специальные условия для обучающихся с ОВЗ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

– для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

– для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

– для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/ исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей


## 4. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ не предусмотрена

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УД


Результаты (усвоенные знания, освоенные умения и компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы, методы контроля и оценки результатов обучения
--	---------------------------------------	--

Перечень умений, осваиваемых рамках дисциплины: – применять знания общей	– использование знаний психологии при решении профессиональных задач;	– оценка результатов выполнения практической работы;
--	---	--



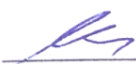
Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф - Рабочая программа учебной дисциплины		

психологии при решении психологических задач; выявлять индивидуальные особенности познавательной сферы, индивидуально-типологические и личностные особенности	– поиск, выбор и применение методик для определения индивидуальных особенностей познавательной сферы, индивидуально-типологических и личностных особенностей.	– экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы.
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i> – предмет, задачи и методы психологии; – развитие психологии как науки; – психика и ее развитие; – сознание и самосознание; – деятельность, ее психологическая структура, виды деятельности; – познавательные психические процессы: ощущения, восприятие, внимание, память, мышление, речь, воображение; – человек как индивид, субъект, личность, индивидуальность, структура личности; – самосознание, Я-концепция; направленность личности; – эмоции, чувства, воля, темперамент; – индивидуально-типологические особенности человека: характер, задатки, способности.	– знание предмета, задач и методов психологии как науки; этапов развития психологии как науки; – понимание возникновения и развития психики, сравнение психики животных и человека; – понимание сознания как формы отражения человеком действительности – знание понятия деятельность, структуры деятельности, видов деятельности; – анализ закономерностей формирования различных видов деятельности; – знание понятия, видов различных познавательных психических процессов; – понимание значения познавательных психических процессов в жизни человека; – сравнение познавательных психических процессов; – знание проекций человека в психологии (человек, как индивид, субъект, личность, индивидуальность), структуры личности; – знание самосознания, структуры самосознания, направленности личности, понимание Я-концепции; – оценка механизмов психологической защиты личности; – понимание значения эмоций, чувств и воли в жизни человека; – знание основных типов темперамента; – понимание значения темпера-	– анализ и оценка решения тестовых заданий; – анализ и оценка решения ситуационных задач; – анализ и оценка презентации по выбранной теме

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф - Рабочая программа учебной дисциплины		

	<p>мента в жизни человека, оценка влияния типа темперамента на деятельность человека;</p> <p>– знание индивидуально-типологических особенностей человека (характер, задатки, способности);</p> <p>– понимание значения их в жизни человека, оценка влияния характера и способностей на деятельность человека.</p>	
--	---	--

**Разработчик**

  
\_\_\_\_\_


*подпись*

**преподаватель**

*должность*

**М.Т.Шевчук**

*ФИО*

  
\_\_\_\_\_

*подпись*

**преподаватель**

*должность*

**А.Н.Мацкевич**

*ФИО*