АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Спортивная психология

Автор:
Преподаватель кафедры политических и общественных коммуникаций Мореев Д.О.

Код и наименование направления подготовки, профиля:

50.03.01 Искусства и гуманитарные науки
«Филология и перевод» (Liberal Arts)

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Форма обучения: очная

Цель освоения дисциплины: сформировать способность (под контролем) решать конкретные управленческие задачи в сфере современной спортивной индустрии

План курса:

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Содержание тем (разделов)
Тема 1	Введение в спортивную психологию	Предмет и объект спортивной психологии. История психологии спорта. Психология спорта как прикладная отрасль психологического знания. Практическая направленность спортивной психологии. Специфика спортивной деятельности. Соревнование как сущность этой деятельности. Мотивы деятельности в спорте. Структура спортивной деятельности. Тренировочная и соревновательная деятельность: их психологические особенности. Классификация видов спорта с точки зрения
Тема 2	Психологические особенности спортивной деятельности	Понятие физических качеств, их психологическая характеристика. Стадии формирования двигательного навыка. Психологические особенности формирования двигательного навыка. Признаки специализированных восприятий в спорте. Роль представлений в управлении движениями. Особенности идеомоторной тренировки. Реакция в спорте. Простые и сложные реакции. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе. Общие и специфические признаки перенапряжения. Предсоревновательные психические состояния. Стресс-факторы в соревновательной деятельности. Экстремальные ситуации
Тема 3	Психология личности тренера	Специфика тренерской деятельности. Требования к тренерской деятельности. Функции тренера. Навыки и способности, необходимые тренеру. Умения тренера: организаторские, коммуникативные, конструктивные, гностические, двигательные. Стили деятельности тренера. Авторитет тренера. Контроль состояния спортсмена. Факторы, влияющие на эффективность соревновательной деятельности спортсмена. Структура этапов подготовки и структура соревновательной деятельности. Психологические особенности личности тренера.
Тема 4	Психология личности спортсмена	Специфика личности спортсмена как субъекта спортивной деятельности. Этапы формирования личности спортсмена. Структура спортивного характера. Психологическое изучение структурных компонентов личности спортсмена. Типологические свойства и особенности темперамента спортсмена. Личность спортсмена в системе общественных отношений.

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Содержание тем (разделов)
Тема 5	Психология спортивной карьеры	Этапы и особенности спортивной карьеры. Кризисные периоды в спортивной карьере. Причины преждевременного прерывания спортивной карьеры. Гендерная специфика спортивной карьеры. Проблемы, возникающие на разных этапах спортивной карьеры. Цена спортивной карьеры. Удовлетворенность спортивной
Тема 6	Психология спортивной группы (команды)	Психологические особенности спортивной группы. Структура спортивных групп. Признаки спортивных групп. Социально-психологические аспекты комплектования спортивных команд. Лидерство в спортивной группе. Стили лидерства. Понятие и характеристика социально-психологического климата. Создание необходимой психологической атмосферы в команде и способы изменения психологического климата. Влияние команды на формирование личности спортсмена. Сплоченность команды. Общение в спорте, основные функции общения. Направленность и содержание общения. Общение и успешность спортивной деятельности. Межличностные контакты в спортивной
Тема 7	Психологическое обеспечение спортивной деятельности	Психологические основы спортивного отбора. Система психологического отбора. Психологическое обеспечение тренировочной и соревновательной деятельности. Психологические особенности спортивных соревнований. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Психорегуляция и психогигиена в спорте. Психодиагностика в спорте. Требования к используемым методикам. Мотивация спортивной деятельности. Динамика развития мотивов на различных стадиях процесса спортивной подготовки

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации:

Код этапа освоения компетенции	Результаты обучения
СК ОС LA - 15.2	на уровне знаний: накоплены базовые знания о психических состояниях и психофизиологических механизмах их возникновения в спортивной деятельности; сформированы представления об основных методах исследования психологии спорта; изучены основы внутригрупповых и межгрупповых отношений в спорте и механизмы взаимодействия между группами и отдельными людьми.
	на уровне умений: использовать методы психологической диагностики; выработать рекомендации по улучшению психологического климата в команде или поднятию индивидуального эмоционального фона; определять способности и уровень готовности личности к включению в определенную спортивную деятельность.
	на уровне навыков: сформированы навыки по реализации системы отбора в избранном виде спорта при помощи использования специальных психологических методик.

В ходе реализации дисциплины используются следующие методы текущего контроля и успеваемости обучающихся:

– при проведении занятий семинарского типа:

Контроль посещаемости, опрос, диспут, тестирование и контрольные задания

- при контроле результатов самостоятельной работы студентов:

Опрос, диспут.

Текущая аттестация проводится в форме опроса и контрольных мероприятий (опросы, практические и контрольные задания, прочее) по оцениванию фактических результатов обучения студентов и осуществляется ведущим преподавателем.

Промежуточная аттестация:

Устный зачет с оценкой, состоящий из ответов на вопросы.

Основная литература:

1. Головина Т.В. Психология управления в спорте [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Т.В. Головина, В.Н. Смоленцева. Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2011. — 188 с. Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru.ezproxy.ranepa.ru:3561/65062.html

2. Загайнов Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления [Электронный ресурс] : монография / Р.М. Загайнов. М. : Советский спорт, 2010. — 232 с. Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru.ezproxy.ranepa.ru:3561/9865.html

3. Загайнов Р.М. Психология современного спорта высших достижений. Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р.М. Загайнов. М. : Советский спорт, 2012. — 292 с. Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru.ezproxy.ranepa.ru:3561/9867.html

4. Психология взаимодействия в спорте [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие для вузов физической культуры / Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2015. — 122 с. Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru.ezproxy.ranepa.ru:3561/65061.html