

Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»
Дата и время: 2024-04-24 00:00:00
471086fad29a3b30e244e728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436
Кузбасский гуманитарно – педагогический институт
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Кемеровский государственный университет»
Факультет физической культуры, естествознания и природопользования
Кафедра физической культуры и спорта

Левина Ирина Леонидовна

ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

*Методические указания по изучению дисциплины
по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
(профиль «Физическая культура»)*

Новокузнецк

2021

Левина И.Л.

Психология физической культуры и спорта: метод.указ. по изучению дисциплины по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Физическая культура» (бакалавриат) /И.Л. Левина. - Новокузнецк КГПИ ФГБОУ ВО КемГУ, 2021.

В настоящих методических указаниях для студентов представлена информация, позволяющая упорядочить и существенно облегчить подготовку студентов к сдаче зачетных требований.

Рекомендовано
На заседании кафедры ФКС
протокол № 1 от 06.09.2021
Зав.кафедрой
Артемьев А.А. 

И.Л. Левина, 2021
Кузбасский гуманитарно – педагогический институт
федерального государственного
бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Кемеровский государственный университет», 2021

Текст представлен в авторской редакции

Содержание

1. Цель и задача дисциплины	4
2. Разделы дисциплины.....	4
3. Содержание дисциплины.....	4
4. Рекомендуемая литература и электронные источники	7
5. Вопросы к зачету с оценкой.....	9

1. Цель и задача дисциплины

Целями освоения дисциплины «Психология физической культуры и спорта» являются: формирование системы профессиональных навыков и умений, необходимых будущим педагогам по физической культуре для успешного решения основных задач физического воспитания в различных образовательных учреждениях.

2. Разделы дисциплины

1. Введение в психологию физической культуры и спорта.
2. Психология физической культуры
3. Личность и психологические основы ее формирования в процессе физического воспитания
4. Психология спортивной деятельности
5. Психология спорта высших достижений
6. Психология тренировочного процесса
7. Психологический контроль и управление спортивной деятельностью
8. Социально-психологические аспекты спорта
9. Психология судейской деятельности

3. Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
1	<i>Введение в педагогику и психологию физического воспитания и спорта.</i>	
<i>Содержание лекционного курса</i>		
	Введение в предмет.	История возникновения психологии физического воспитания и спорта. понятийный аппарат дисциплин служащих основой физической культуры. Цель и задачи дисциплины. Современные концепции и последние достижения наук, формирующие медико-биологическую и психолого-физиологическую основу физического воспитания и спортивной тренировки
<i>Темы практических/семинарских занятий</i>		
	Методы психологии физического воспитания и спорта.	Методы исследования в педагогике и психологии физического воспитания и спорта. Современные средства оценки образовательных результатов обучающихся в профессиональной деятельности.

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
		Средства оценки образовательных результатов обучающихся. Современные методики диагностики. Особенности проведения диагностики психологического, анатомо-физиологического и функционального состояния организма обучающихся. Способы обработки и оценки результатов диагностики.
2	<i>Психология и педагогика физического воспитания</i>	
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
	Мотивация занятий физической культурной спортом.	Теоретико-методологические основы возникновения мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
	Потребности и мотивы двигательной активности	Потребности: природа и место в психической организации человека. Мотивы: природа и место в структуре личности. Виды спортивной мотивации. Способы ее повышения.
3	<i>Личность и психологические основы ее формирования в процессе физического воспитания</i>	
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
	Особенности личности спортсмена.	Способы изучения структурных компонентов личности спортсмена. Достижения науки для обоснования рекомендуемых методов и режимов физического воспитания и спортивной тренировки
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
	Эмоционально-волевая сфера спортсменов и ее проявление в спортивной деятельности.	Специфика эмоциональной сферы спортсменов. Эмоциональная сфера спортсменов в процессе спортивной деятельности. Основы ее проявления.
	Интеллектуальная сфера спортсменов и ее проявление в спортивной деятельности.	Особенности интеллектуальной сферы спортсменов. Способы ее развития и диагностики. Оптимальные условия проведения диагностики психологического, анатомо-физиологического и функционального состояния организма обучающихся. Оценка и интерпретация результатов диагностики.
4	<i>Педагогика и психология спортивной деятельности</i>	
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
	Предмет психологии спорта.	Специфические черты спортивной деятельности. Связь психологии спорта с другими науками о человеке. Ключевые проблемы психологии спорта
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
	Пригодность к спортивной деятельности и типологические особенности.	Спортивная деятельность. Анатомо-физиологические, психологические, антропометрические особенности и другие особенности спортивной деятельности в избранном виде спорта.
5	<i>Психология высших достижений</i>	
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
	Психологические особенности тренировочной и	Психологическая структура учебно-тренировочной деятельности. Психологические основы подготовки

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание
	соревновательной деятельности	спортсмена в системе учебно-тренировочной деятельности.
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
	Психология спортивной карьеры	Спортивная карьера: сущность, особенности, характеристика.
6	<i>Психология тренировочного процесса</i>	
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
	Психология тренировочного процесса	Психологические вопросы формирования умений и навыков в физической культуре и спорте.
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
	Психология тренировочного процесса	Психологические вопросы формирования умений и навыков в физической культуре и спорте. Методы исследования функционального состояния обучающихся. Способы анализа полученных результатов и их оценки. Формирование навыков проведения диагностики обучающихся и умений разрабатывать коррекционные мероприятия на основе полученных результатов диагностики.
7	<i>Психологический контроль и управление спортивной деятельностью</i>	
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
	Соревнование с позиции психолога	Экстремальность соревновательной деятельности Условия успешности соревновательной деятельности.
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
	Психологическая подготовка спортсменов и команд	Предсоревновательная подготовка спортсмена. Предстартовая подготовка спортсмена
8	<i>Социально-психологические аспекты спорта</i>	
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
	Общение в спорте как социально-психологическое явление	Способы общения в спорте. Профессионально-педагогическое ораторское искусство педагога.
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
	Психологический климат и межличностные отношения в спортивной команде	Методики изучения психологического климата и межличностных отношений в спортивной команде
9	<i>Психология тренерской и судейской деятельности</i>	
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
	Психология деятельности тренеров и спортивных судей.	Общие основы психологии деятельности тренеров и спортивных судей. Личность и авторитет тренера. Рольевые позиции тренера. Комплекс требований к личности тренера и личности судьи.
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
	Индивидуализация педагогического воздействия тренеров на спортсменов.	Индивидуальный подход в учебно-тренировочном процессе избранного вида спорта.

4. Рекомендуемая литература и электронные источники

Основная учебная литература

1. Бабушкин, Г.Д. Психолого-педагогические методики в структуре подготовки спортсменов: учебное пособие / Г.Д. Бабушкин, Б.П. Яковлев ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2015. - 228 с. : ил. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459404> (дата обращения: 25.09.2019). – Текст : электронный.

2. Багадирова, С.К. Материалы к курсу "Спортивная психология": учебное пособие / С.К. Багадирова. - М. : Директ-Медиа, 2014. - 247 с. - ISBN 978-5-4458-6749-4 - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232089> (дата обращения: 25.09.2019). – Текст : электронный.

3. Психология физической культуры : учебник / под общ.ред. Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина. - Москва : Спорт, 2016. - 624 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-11-4. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454255> (дата обращения: 25.09.2019). – Текст : электронный.

Дополнительная учебная литература

1. Психология физической культуры и спорта : учебник для вузов / [А. В. Родионов, В. Ф. Сопов, В. Н. Непопалов и др.] ; под редакцией А. В. Родионова. - Москва : Академия, 2010. - 365, [3] с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 9785769568336. - Текст : непосредственный.

2. Загайнов, Р.М. Психология современного спорта высших достижений / Р.М. Загайнов. - М. : Советский спорт, 2012. - 292 с. - ISBN 978-5-9718-0576-2 ; То же. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210522> (дата обращения: 25.09.2019). – Текст : электронный.

3. Гиссен, Л.Д. Психология и психогигиена в спорте. — "Советский спорт", 2010.— 159 - URL:[c.http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=4087](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=4087)

(дата обращения: 25.09.2019). – Текст : электронный.

4. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия; Учебное пособие для вузов. М., 2003. 368 с. - Текст : непосредственный.

5. Левина И.Л. Оценка социально-психологической адаптации и уровня психического здоровья //Комплексная оценка состояния здоровья и развития детей: методическое пособие / авт.-сост: Р.И.Айзман, И.Л.Левина, Н.Г.Коновалова и др.; отв.ред. И.Л.Левина. Кемерово: Изд-во «Компания АСШТ», 2006. 166 с. - Текст : непосредственный.

6. Левина, И.Л. Школа – путь к здоровью или путь в невроз? Новокузнецк: Изд-во ИПК, 2003. 252 с - Текст : непосредственный.

7. Левина И.Л., Коновалова Н.Г. Формирование готовности здоровьесберегающей деятельности у выпускников педагогического вуза. Новокузнецк: РИО ГОУ ВПО КузГПА, 2007. 250 с. - ISBN 9785851173363.- Текст : непосредственный.

1. Библиотека психологического форума MyWord.ru, режим доступа: <http://psylib.myword.ru>

2. Интернет-портал «Психологический навигатор», режим доступа: <http://www.psynavigator.ru>

3. «Библиотека психологической литературы» BOOKAP (Booksofthepsychology), режим доступа: <http://bookap.info>

4. Сайт «Педагогическая библиотека», режим доступа: <http://www.pedlib.ru>

5. Педагогическая библиотека, режим доступа: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/index.php

6. База профессиональных данных «Мир психологии», режим доступа: <http://psychology.net.ru/> Электронной ресурс «Психологическая лаборатория», режим доступа: <http://vch.narod.ru>

5. Вопросы к зачету с оценкой

1. Предмет психология физического воспитания: задачи, методы.
2. Цель и особенности физического воспитания.
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. Понятие воли и ее значение в физическом воспитании..
8. Воспитание воли в процессе занятий физической культурой. Волевые качества и волевые усилия.
9. Структура спортивно-педагогической деятельности.
10. Особенности деятельности спортивного педагога.
11. Творчество в деятельности учителя физической культуры.
12. Предмет психология спорта. Методы и проблемы в психологии спорта.
13. Психологическая структура спортивной деятельности.
14. Этапность спортивной деятельности
15. Психофизиологические особенности, спортивные способности и выбор спортивной деятельности.
16. Тактика, тактическая подготовка и ее задачи.
17. Эмоции и чувства в соревновании.
18. Предстартовые психические состояния: характеристика, причины возникновения, пути предотвращения.
19. Состояние психической готовности спортсмена.
20. Психические состояния в процессе спортивной деятельности: причины возникновения и пути предотвращения.
21. Значение, виды и место психологической подготовки в спорте.
22. Склонность к тренерской и судейской деятельности.

23. Взаимосвязь профессионального интереса и склонности к педагогической деятельности.

24. Физическая культура и спорт как фактор выбора профессии