

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования_
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Факультет физической культуры и спорта

УТВЕРЖДЕНО
решением Ученого совета ННГУ
протокол № 10 от 02.12.2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Психофизиология спорта

Уровень высшего образования
Магистратура

Направление подготовки / специальность
37.04.01 - Психология

Направленность образовательной программы
Психология спорта, физической культуры и здорового образа жизни

Форма обучения
очная

г. Нижний Новгород

2025 год начала подготовки

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.06 Психофизиология спорта относится к части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

| Формируемые компетенции (код, содержание компетенции) | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции | | Наименование оценочного средства | |
|--|--|---|------------------------------------|-------------------------------|
| | Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора) | Результаты обучения по дисциплине | Для текущего контроля успеваемости | Для промежуточной аттестации |
| ПК-1.2: Способен в ходе психологического исследования собирать данные, их статистически обрабатывать и анализировать | ИПК 1.2.1: Знает методы сбора данных в психологии и математической статистики. ИПК 1.2.2: Умеет обрабатывать данные с помощью математической статистики, анализировать на их основе результаты психологического исследования. ИПК 1.2.3: Владеет методами и средствами математической статистики и анализа данных. | ИПК 1.2.1: Знает: методы сбора, обработки и анализа эмпирических данных психофизиологических исследований лиц занимающихся физической активностью, спортсменов. ИПК 1.2.2: Умеет: применять на практике результаты анализа психофизиологических исследований лиц занимающихся физической активностью, спортсменов. ИПК 1.2.3: Владеет: методами и средствами анализа данных психофизиологических исследований лиц занимающихся физической активностью, спортсменов. | Реферат Тест | Зачёт: Контрольные вопросы |
| ПК-4.1: Способен проводить психологическую оценку состояний человека, его психологических возможностей | ИПК 4.1.1: Знает теоретические основы и методы психологической оценки состояний человека и его психологических возможностей. ИПК 4.1.2: Умеет применять методы | ИПК 4.1.1: Знает: теоретические основы психофизиологического обследования, методы психофизиологической оценки состояний занимающихся физической активностью, | Тест Реферат | Зачёт: Контрольные вопросы |

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | <p>психологической оценки состояний человека и (или) его психологических возможностей.</p> <p>ИПК 4.1.3: Владеет методами и средствами психологической оценки состояний человека и (или) его психологических возможностей.</p> | <p>спортсменов и возможности использования этих данных в спортивной деятельности.</p> <p>ИПК 4.1.2: Умеет: применять на практике результаты психофизиологической оценки состояний занимающихся физической активностью, спортсменов в процессе спортивной деятельности.</p> <p>ИПК 4.1.3: Владеет: методами и средствами анализа данных психофизиологической оценки состояний занимающихся физической активностью, спортсменов, использования этих данных в спортивной деятельности.</p> | | |
|--|--|---|--|--|

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

| | |
|--|--------------|
| | очная |
| Общая трудоемкость, з.е. | 3 |
| Часов по учебному плану | 108 |
| в том числе | |
| аудиторные занятия (контактная работа): | |
| - занятия лекционного типа | 16 |
| - занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы) | 32 |
| - КСР | 1 |
| самостоятельная работа | 59 |
| Промежуточная аттестация | 0 |
| | Зачёт |

3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

| Наименование разделов и тем дисциплины | Всего (часы) | в том числе | |
|--|--------------|--|------------------------|
| | | Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), | Самостоятельная работа |

| | | часы из них | | | обучающегося, часы |
|---|-------------|--------------------------------|--|-------------|-----------------------|
| | | Занятия лекционного типа | Занятия семинарского типа (практические занятия/ лабора торные работы), часы | Всего | |
| | О Ф О | О Ф О | О Ф О | О Ф О | О Ф О |
| Введение. Психофизиология труда и спорта как практическая область. | 16 | 2 | 4 | 6 | 10 |
| Раздел 1. Энергетические траты организма при различных видах занятий спортом. | 18 | 3 | 4 | 7 | 11 |
| Раздел 2. Особенности адаптации систем организма к различным видам спортивной деятельности. | 19 | 3 | 7 | 10 | 9 |
| Раздел 3. Действие внешних факторов спортивной деятельности на работоспособность и психофизиологическое состояние человека. | 18 | 3 | 6 | 9 | 9 |
| Раздел 4. Эргономическая психофизиология зрительной, слуховой сенсорной системы. | 19 | 2 | 6 | 8 | 11 |
| Раздел 5. Психофизиологические аспекты спортивного отбора | 17 | 3 | 5 | 8 | 9 |
| Аттестация | 0 | | | | |
| КСР | 1 | | | 1 | |
| Итого | 108 | 16 | 32 | 49 | 59 |

Содержание разделов и тем дисциплины

Введение. Психофизиология труда и спорта как практическая область. Энергетические траты организма при различных видах занятий спортом. Особенности адаптации систем организма к различным видам спортивной деятельности. Действие внешних факторов спортивной деятельности на работоспособность и психофизиологическое состояние человека. Эргономическая психофизиология зрительной, слуховой сенсорной системы. Психофизиологические аспекты спортивного отбора

Практические занятия /лабораторные работы организуются, в том числе, в форме практической подготовки, которая предусматривает участие обучающихся в выполнении отдельных элементов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

На проведение практических занятий / лабораторных работ в форме практической подготовки отводится: очная форма обучения - 16 ч.

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

Электронные курсы, созданные в системе электронного обучения ННГУ:

Психология физической культуры и спорта, <https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=2379>.

5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:

5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПК-1.2:

1. Психофизиологические особенности занятий спортом и профессиональной деятельностью.
2. Функциональное состояние как системообразующий фактор профессиональной работоспособности спортсмена.
3. Определение понятие «состояние». Причины возникновения психофизиологических состояний спортсмена.
4. Этапы спортивной карьеры и психофизиологические состояния, им сопутствующие.
5. Принцип доминанты и управление деятельностью.
6. Спортивная форма как оптимальное функциональное состояние.
7. Стресс как неоптимальное функциональное состояние.
8. Утомление как неоптимальное функциональное состояние.
9. Особенности организации психофизиологических обследований.

5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПК-4.1:

1. Диагностика состояний и учет индивидуальных и половых различий.
2. Диагностика функциональных состояний с учетом особенностей вида спорта и двигательной активности.
3. Диагностика основных свойств нервной системы и интерпретация полученных результатов.
4. Диагностика индивидуальных типологических свойств и интерпретация полученных результатов.
5. Использование метода вариационной пульсометрии для оценки психофизиологических состояний.
6. Психофизиологическая диагностика уровня восстановления.
7. Факторы, влияющие на величину изменения вегетативных функций во время работы спортсмена.
8. Состояние утомления, состояние операциональной напряженности.
9. Средства активизации восстановительных процессов.

Критерии оценивания (оценочное средство - Реферат)

| Оценка | Критерии оценивания |
|------------|--|
| зачтено | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно» |
| не зачтено | Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо» |

5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ПК-1.2:

1. Нервная система - это

Варианты ответа:

1. **совокупность нервных образований в организме человека и позвоночных животных;**
2. нервные волокна, проводящие импульсы;
3. нервные волокна, иннервирующие скелетную мускулатуру;
4. нервные волокна, заполняющие пространство в головном мозге;
5. Межполушарная асимметрия мозга – это

Варианты ответа:

1. **не равноценность, качественное различие того вклада, которое делает левое и правое полушарие мозга в каждую психическую функцию;**
2. качественная характеристика ощущений;
3. доминирование правой руки как мощного средства адаптивного поведения человека;
4. ассиметричная локализация нервного аппарата второй сигнальной системы;
5. Места функциональных контактов, образуемых нейронами, называются

Варианты ответа:

1. **синапсами;**
2. медиаторами;
3. рецепторами;
4. нейронами;

4. Часть Н.С. контролирующая состояние сердца, внутренних органов, мускулатуры, желез и кожи называют:

Варианты ответа:

1. периферической;
2. соматической;
3. **вегетативной;**
4. центральной;

5. Психика – это

Варианты ответа:

1. отражение физиологических процессов в мозге;
2. самостоятельное, не зависящее от мозга явление;
3. **продукт мозга, субъективный образ реального мира;**
4. биотоки мозга;

6. По топографическому принципу Н.С. подразделяют на

Варианты ответа:

1. **центральную и периферическую;**
2. центральную и соматическую;
3. центральную и вегетативную;
4. вегетативную и соматическую

7. ЦНС включает те части нервной системы, которые лежат внутри:

Варианты ответа:

1. мышц;
2. **череп и позвоночного столба;**
3. кровеносной системы;
4. органов пищеварения;

8. Нервные волокна, проводящие импульсы из ЦНС к мышцам и внутренним органам – это

Варианты ответа:

1. **эфферентные волокна;**
2. нервный импульс;
3. афферентные волокна;
4. головной мозг;

9. Нервные волокна, отростки нервных клеток, имеющие миелиновую оболочку, - это

Варианты ответа:

1. **аксон;**
2. серое вещество;
3. дендрит;
4. белое вещество мозга;

10. Отдел нервной системы, выполняющий функции связи организма с внешней средой при помощи кожной чувствительности и органов чувств, - это нервная система

Варианты ответа:

1. периферическая;
2. центральная;
3. **соматическая;**
4. вегетативная;

5.1.4 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ПК-4.1:

11. Промежуточный мозг – часть головного мозга, включающая

Варианты ответа:

1. миндалину;
2. затылочную долю;
3. гиппокамп и базальные ганглии;
4. **таламус и гипоталамус;**

12. Первая стадия сна характеризуется

Варианты ответа:

1. повышением порога восприятия сенсорных раздражителей;
2. интенсивностью деятельности в период бодрствования;
3. **заменой альфа-ритма на низкоамплитудные колебания различной частоты;**

4. регулярным появлением веретенообразного ритма;

13. Третья и четвертая стадия сна характеризуется

Варианты ответа:

1. **появлением высокоамплитудных медленных волн;**
2. регулярным появлением веретенообразного ритма;
3. заменой альфа ритма на низкоамплитудные колебания различной частоты;
4. увеличением тонуса симпатической нервной системы;

14. Появление отрицательных эмоций связано с:

Варианты ответа:

1. особенностями индивидуального поведения человека и животных;
2. дефицитом имеющейся информации о способах и средствах удовлетворения актуальной потребности;
3. избыточностью информации о возможности удовлетворения потребности;
4. **характеристиками заданной ситуации;**

15. Метод изучения зрачковых реакций, используемый для субъективного отношения людей к тем или иным внешним раздражителям:

Варианты ответа:

1. окулография;
2. электромиография;
3. **пупилометрия;**
4. пневмография;

16. Стрессор это:

Варианты ответа:

1. **стимул, вызывающий стрессовую реакцию;**
2. реакция, различных мозговых структур на раздражение;
3. защитных механизмов организма;
4. соотношение отделов вегетативной нервной системы;

17. Возникновение и протекание эмоций тесно связано с деятельностью:

Варианты ответа:

1. мозжечка;
2. мозолистого тела;
3. **модулирующих систем мозга;**
4. гипофиза;

18. Формируясь прижизненно под влиянием социальных воздействий ВПФ человека.

Варианты ответа:

1. не восстанавливаются после травматического воздействия;
2. остаются неизменными;
3. подвергаются незначительным изменениям;

4. **меняют свою психологическую структуру;**

19. Автор теории общего адаптационного синдрома:

Варианты ответа:

1. В. Геллер.
2. **Г. Селье;**
3. Д. Олдс;
4. Р. Девидсон;

20. Расположение частей или элементов целого во порядке от высшего к низшему, причём каждый из вышележащий уровень, наделён особыми полномочиями по отношению к нижележащим:

Варианты ответа:

1. адаптация;
2. **иерархия;**
3. гетерархия;
4. система;

Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)

| Оценка | Критерии оценивания |
|------------|--|
| зачтено | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно» |
| не зачтено | Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо» |

5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

Шкала оценивания сформированности компетенций

| Уровень сформированности компетенций (индикатор достижения компетенций) | плохо | неудовлетворительно | удовлетворительно | хорошо | очень хорошо | отлично | превосходно |
|---|--|---|--|---|---|--|--|
| | не зачтено | | зачтено | | | | |
| <u>Знания</u> | Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки | Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Ошибок нет. | Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки. |

| | | | | | | | |
|---------------|--|--|--|---|---|---|--|
| | обучающегося от ответа | | | негрубых ошибок | несущественных ошибок | | |
| <u>Умения</u> | Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки | Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме | Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами | Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме | Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном объеме без недочетов |
| <u>Навыки</u> | Отсутствие базовых навыков. Невозможность оценить наличие навыков вследствие отказа обучающегося от ответа | При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки | Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами | Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами | Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов | Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов | Продemonстрирован творческий подход к решению нестандартных задач |

Шкала оценивания при промежуточной аттестации

| Оценка | | Уровень подготовки |
|------------|----------------------------|--|
| зачтено | превосходно | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно», продемонстрированы знания, умения, владения по соответствующим компетенциям на уровне выше предусмотренного программой |
| | отлично | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично». |
| | очень хорошо | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо» |
| | хорошо | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо». |
| | удовлетворительно | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно» |
| не зачтено | неудовлетворительно | Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно». |
| | плохо | Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо» |

5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:

5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПК-1.2

1. Структура тренированности и ее содержание
2. Принципы оценки психофизиологических состояний.
3. Особенности организация процедуры психофизиологического обследования, его этапы и задачи.
4. Субъективная оценка собственного состояния, ее особенности.
5. Охарактеризовать методики оценки основных свойств нервной системы.
6. Направления применения реакциометрии и тепинг тестов
7. Методики исследования индивидуальных особенностей субъективного восприятия.
8. Содержание психофизиологической диагностики состояния утомления
9. Содержание психофизиологической диагностики уровня восстановления.
10. Факторы, влияющие на величину изменения вегетативных функций во время работы
11. Состояния, связанные с оценкой результатов спортивной деятельности.

5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПК-4.1

1. Раскрыть психофизиологические особенности занятий спортом и профессиональной деятельности.
2. Дать определение понятию «состояние» и объяснить причины возникновения психофизиологических состояний у спортсменов разной квалификации.
3. Этапы спортивной карьеры и психофизиологические состояния, им сопутствующие.
4. Особенности формирование функциональных систем в процессе спортивной деятельности.
5. Блоки функциональных систем и их роль в управлении спортивной деятельностью.
6. Роль переживаний субъектов в диагностике их состояний.
7. Охарактеризовать методики оценки индивидуальных типологических свойств.
8. Состояние утомления, состояние операциональной напряженности, особенности их развития
9. Средства активизации восстановительных процессов.

Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)

| Оценка | Критерии оценивания |
|------------|--|
| зачтено | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно» |
| не зачтено | Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо» |

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

Основная литература:

1. Медико-биологические и психолого-педагогические проблемы здоровья и долголетия в спорте /

- Воронков Ю.И., Тизул А.Я. - Москва : Советский спорт, 2011.,
<https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=636072&idb=0>.
2. Психология физической культуры и спорта / под ред. Ловягиной А.Е. - Москва : Юрайт, 2022. - 531 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/489183> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-01035-0 : 1579.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт",
<https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=786917&idb=0>.
3. Психология здоровья / Ю.Г. Фролова. - Москва : Вышэйшая школа, 2014.,
<https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=653078&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Ляксо Е. Е. Возрастная физиология и психофизиология : учебник / Е. Е. Ляксо, А. Д. Ноздрачев, Л. В. Соколова. - Москва : Юрайт, 2023. - 396 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-00861-6. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=844003&idb=0>.
2. Никитушкин Виктор Григорьевич. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : Учебное пособие для академического бакалавриата / Никитушкин В. Г. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2018. - 280 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-04167-5 : 549.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=585219&idb=0>.
3. Психология физической культуры и спорта / под ред. Ловягиной А.Е. - Москва : Юрайт, 2022. - 531 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/489183> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-01035-0 : 1579.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт",
<https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=786917&idb=0>.
4. Серова Лидия Константиновна. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : Учебное пособие для вузов / Серова Л. К. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2017. - 161 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-03264-2 : 349.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=564274&idb=0>.
5. Соколова Л. В. Психофизиология. Развитие учения о мозге и поведении / Соколова Л. В. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 210 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/492218> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-08318-7 : 569.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=784231&idb=0>.
6. Феоктистова Светлана Васильевна. Психология : Учебное пособие для академического бакалавриата / Феоктистова С. В., Маринова Т. Ю., Васильева Н. Н. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2018. - 241 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-05421-7 : 489.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=592876&idb=0>.
7. Сеченов Иван Михайлович. Психология поведения. Избранные труды : - / Сеченов И. М. - Москва : Юрайт, 2018. - 327 с. - (Антология мысли). - ISBN 978-5-534-02814-0 : 439.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=585650&idb=0>.
8. Черенкова Л. В. Психофизиология в схемах и комментариях : учебное пособие / Л. В. Черенкова, Е. И. Краснощекова, Л. В. Соколова. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 236 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-02934-5. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=840975&idb=0>.
9. Ямалетдинова Галина Александровна. Педагогика физической культуры и спорта : Учебное

пособие для вузов / Ямалетдинова Г. А. ; под науч. ред. Ермайшвили И.В. - Москва : Юрайт, 2021. - 244 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-05600-6. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=765093&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

Личность в экстремальных ситуациях. Психология кризисных состояний личности
<https://free.rosdistant.ru/courseinfo.php?id=6567>

2. Психология сознания <https://openedu.ru/course/spbu/PSYCON/>

3. Физическая культура <https://online.edu.ru/public/course?faces-redirect=true&cid=11058775>

4. <http://psyjournals.ru/> - Портал психологических изданий. Издатель: Московский государственный психолого-педагогический университет.

5. <http://sport-psy.ru> – Научно-методический журнал «Спортивный психолог»

6. <http://www.psystudy.com/> - Официальный сайт мультидисциплинарного научного психологического интернет-журнала "Психологические исследования".

7. <http://www.psy-gazeta.ru/> - «Психологическая газета» – профессиональное периодическое интернет-издание для психологов.

8. <http://www.voppsy.ru/frame25.htm> - «Вопросы психологии». Полнотекстовая электронная библиотека журнала за 20 лет (1980–1999)

9. <https://cyberleninka.ru/> - Научная открытая электронная библиотека

9. <http://diss.rsl.ru/> - Электронная библиотека диссертаций РГБ. Текстовые доступы к авторефератам и диссертациям.

10. <http://elibrary.ru/> - научная электронная библиотека

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 37.04.01 - Психология.

Автор(ы): Маясова Татьяна Викторовна, кандидат биологических наук, доцент.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 23/01/2025, протокол № 6.