

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

Факультет социальных наук

УТВЕРЖДЕНО

решением президиума Ученого совета ННГУ

протокол № 1 от 16.01.2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Спортивная психология

Уровень высшего образования

Специалитет

Направление подготовки / специальность

37.05.01 - Клиническая психология

Направленность образовательной программы

Патопсихологическая диагностика и психотерапия

Форма обучения

очная

г. Нижний Новгород

2024 год начала подготовки

1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.О.56 Спортивная психология относится к обязательной части 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 |
| ОПК-2: Способен применять научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения | <p>ИОПК-2.1: Знает научно обоснованные методы оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации</p> <p>ИОПК-2.2: Умеет обосновывать выбор методов оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения</p> <p>ИОПК-2.3: Владеет навыками оценки уровня психического развития, состояния когнитивных функций, эмоциональной сферы, развития личности, социальной адаптации различных категорий населения с помощью научно обоснованных методов</p> | <p>ИОПК-2.1:</p> <p>Знать:</p> <p>1) главные положения, сущность и содержание основных понятий и категорий психологии физкультуры и спорта</p> <p>2) психологические основы физической культуры и здорового образа жизни</p> <p>3) содержание, основные функции и направления работы психолога в спорте</p> <p>ИОПК-2.2:</p> <p>Уметь:</p> <p>1) подбирать методы индивидуальной коррекции и профилактики психических состояний</p> <p>2) дать психологическую характеристику личности специалиста в области ФК и спорта, интерпретацию её психического состояния</p> <p>3) осуществлять базовые процедуры психологической предстартовой подготовки спортсмена</p> | Практическое задание | Зачёт: Тест |

| | | | | |
|---|---|---|-----------------------------|------------------------|
| | | <p>ИОПК-2.3:</p> <p>Владеть:</p> <p>1) актуальными для избранного вида спорта средствами и методами управления психоэмоциональным состоянием человека</p> <p>2) системой психологических знаний о психологических основах соревновательной и тренировочной деятельности</p> <p>3) приемами психологического сопровождения при подготовке спортсмена</p> | | |
| <p>ОПК-4: Способен вести протокол и составлять заключение по результатам психологической диагностики и экспертизы, а также представлять обратную связь по запросу заказчика</p> | <p>ИОПК-4.1: Знает основные принципы и методы психологической диагностики</p> <p>ИОПК-4.2: Умеет представлять обратную связь по запросу заказчика</p> <p>ИОПК-4.3: Владеет навыками ведения протокола и составления развёрнутого структурированного психологического заключения по результатам психологической диагностики и экспертизы</p> | <p>ИОПК-4.1:</p> <p>Знать:</p> <p>1) основные виды психодиагностических методов, их назначения и ограничения;</p> <p>2) диагностические задачи и профессионально-этические нормы в психодиагностике</p> <p>3) методы интерпретации полученных результатов и алгоритм построения психодиагностического заключения</p> <p>ИОПК-4.2:</p> <p>Уметь:</p> <p>1) выбрать психодиагностические методики для решения конкретных практических задач</p> <p>2) провести психодиагностическое обследование с помощью выбранной методики, зафиксировать результаты</p> <p>3) интерпретировать результаты и изложить их в соответствии с правилами и поставленной</p> | <p>Практическое задание</p> | <p>Зачёт: Тест</p> |

| | | | | |
|--|--|--|-----------------------------|------------------------|
| | | <p>задачей</p> <p>ИОПК-4.3: Владеть: 1) критериями выбора психодиагностических методик в каждом конкретном случае 2) навыком создания условий, обеспечивающих получение наиболее достоверных результатов: предъявления материала методики, общения с обследуемым человеком и наблюдения за ним 3) навыками самостоятельного психодиагностического обследования конкретной выборки испытуемых</p> | | |
| <p>ОПК-6: Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию и неврачебной психотерапии как виду профессиональной деятельности клинического психолога</p> | <p>ИОПК-6.1: Знает основные требования и этические принципы предоставления психологических услуг в соответствии с потребностями и целями клиента ИОПК-6.2: Умеет разрабатывать программы индивидуального, семейного и группового психологического консультирования и неврачебной психотерапии ИОПК-6.3: Владеет навыками реализации программ индивидуального, семейного и группового психологического консультирования и неврачебной психотерапии</p> | <p>ИОПК-6.1: Знать: 1) мотивационно-ценностное отношение и самоопределение в физической культуре и спорте с установкой на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом 2) значение воли и эмоций, потребностей и мотивов, а также бессознательных механизмов в поведении спортсмена 3) условия формирования личности спортсмена, роль физической культуры в психическом развитии человека</p> | <p>Практическое задание</p> | <p>Зачёт: Тест</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | <p>ИОПК-6.2: Уметь: 1) организовать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению психологических параметров индивида 2) контролировать эффективность выполнения приемов психорегуляции 3) отбирать адекватные поставленным задачам средства и методы учебно-тренировочной деятельности с учетом психофизиологического состояния занимающихся</p> <p>ИОПК-6.3: Владеть: 1) системой психологических знаний о сущности образовательных и тренировочных процессов 2) приемами психической саморегуляции 3) средствами и методами двигательной активности для коррекции состояния занимающихся с учетом их психофизиологического состояния</p> | | |
|--|--|--|--|--|

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

| | |
|---------------------------------|--------------|
| | очная |
| Общая трудоемкость, з.е. | 2 |
| Часов по учебному плану | 72 |
| в том числе | |

| | |
|---|--------------------------|
| аудиторные занятия (контактная работа): | |
| - занятия лекционного типа | 32 |
| - занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы) | 32 |
| - КСР | 1 |
| самостоятельная работа | 7 |
| 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), часы из них | | | Самостоятельная работа обучающегося, часы |
| | | Занятия лекционного типа | Занятия семинарского типа (практические занятия/ лабора торные работы), часы | Всего | |
| | 0 Ф 0 | 0 Ф 0 | 0 Ф 0 | 0 Ф 0 | 0 Ф 0 |
| Тема 1. Введение в спортивную психологию. Предмет и задачи спортивной психологии. Возникновение и развитие психологии спорта. Понятие любительского, массового и профессионального спорта. | 9 | 4 | 4 | 8 | 1 |
| Тема 2. Психология спортивной деятельности. Психологическая характеристика спорта как вида деятельности, основные 4 4 8 1 5 подходы к ее изучению. Психологическая структура спортивной деятельности, ее особенности. Мотивация спортивной деятельности. | 9 | 4 | 4 | 8 | 1 |
| Тема 3. Психология личности спортсмена. Структура личности спортсмена. Эмоционально-волевая сфера спортсмена. Стрессоустойчивость в спорте. | 9 | 4 | 4 | 8 | 1 |
| Тема 4. Социальная психология спортивных групп. Спортивная команда как малая группа. Структура спортивной команды. Лидерство в спорте, функции и типы лидеров. Совместимость в спорте, ее виды. | 9 | 4 | 4 | 8 | 1 |
| Тема 5. Психологическое сопровождение спортивной деятельности. Формы организации психологического сопровождения. Спортивная психодиагностика. Структура психологической подготовки. Формы проведения психологической подготовки. | 9 | 4 | 4 | 8 | 1 |
| Тема 6. Психологическая служба в спорте. Психологическая служба детско-юношеского спорта (в области спорта в муниципальных и областных специализированных (спортивных) учреждениях дополнительного образования). Психологическое сопровождение массового спортивного движения. Обеспечение психологической безопасности образовательной среды спортивной школы. | 9 | 4 | 4 | 8 | 1 |
| Тема 7. Психогигиена и психорегуляция в спорте. Понятие о психогигиенической и психопрофилактической работе в спорте. Профессиональное выгорание спортсменов. Психологические методы восстановления спортсменов. | 9 | 4 | 4 | 8 | 1 |
| Тема 8. Психология деятельности тренера и спортивных судей. Психологические особенности деятельности тренеров. Психологические особенности личности тренера и учителя физической культуры. Психологические особенности общения тренера со спортсменами. | 8 | 4 | 4 | 8 | |

| | | | | | |
|------------|----|----|----|----|---|
| Аттестация | 0 | | | | |
| КСР | 1 | | | 1 | |
| Итого | 72 | 32 | 32 | 65 | 7 |

Содержание разделов и тем дисциплины

Тема 1. Введение в спортивную психологию. Предмет и задачи спортивной психологии. Возникновение и развитие психологии спорта. Понятие любительского, массового и профессионального спорта.

Тема 2. Психология спортивной деятельности. Психологическая характеристика спорта как вида деятельности, основные 4 4 8 1 5 подходы к ее изучению. Психологическая структура спортивной деятельности, ее особенности. Мотивация спортивной деятельности.

Тема 3. Психология личности спортсмена. Структура личности спортсмена. Эмоционально-волевая сфера спортсмена.

Стрессоустойчивость в спорте.

Тема 4. Социальная психология спортивных групп. Спортивная команда как малая группа. Структура спортивной команды. Лидерство в спорте, функции и типы лидеров. Совместимость в спорте, ее виды.

Тема 5. Психологическое сопровождение спортивной деятельности. Формы организации психологического сопровождения. Спортивная психодиагностика. Структура психологической подготовки. Формы проведения психологической подготовки.

Тема 6. Психологическая служба в спорте. Психологическая служба детско-юношеского спорта (в области спорта в муниципальных и областных специализированных (спортивных) учреждениях дополнительного образования). Психологическое сопровождение массового спортивного движения. Обеспечение психологической безопасности образовательной среды спортивной школы.

Тема 7. Психогигиена и психорегуляция в спорте. Понятие о психогигиенической и психопрофилактической работе в спорте. Профессиональное выгорание спортсменов. Психологические методы восстановления спортсменов.

Тема 8. Психология деятельности тренера и спортивных судей. Психологические особенности деятельности тренеров. Психологические особенности личности тренера и учителя физической культуры.

Психологические особенности общения тренера со спортсменами.

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.

Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472469>

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 - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-2:

| | |
|---|--|
| 1 | Определите основные направления работы психолога при решении следующих проблем: проблемы спортивной карьеры жизнь «после спорта» проблемы женского спорта |
| 2 | Составьте как можно подробнее «Психологический портрет чемпиона» на примере знакомого Вам спортсмена. Опишите его поведение в соревновательной деятельности. |
| 3 | Опишите основные принципы и приемы оптимизации условий выполнения спортивной деятельности. |
| 4 | О какой психологической закономерности спортивного коллектива идёт речь в данном примере? У одного игрока замедленная реакция и неточная переработка информации, а другой реагирует быстро и с первого взгляда правильно оценивает сложившуюся в игре ситуацию, - такие игроки, как правило, не могут добиться успеха в совместных действиях. |

5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-4:

| | |
|---|---|
| 1 | Какое волевое качество проявляется у спортсмена в данном примере? По каким признакам Вы это определили? Баскетболист (мастер спорта), стремительно направляясь с мячом к щиту противника, вдруг заметил, что игроки его команды намного отстали от него и не в состоянии содействовать успешному исходу начатой комбинации. Считая бросок в кольцо или передачу мяча какому-либо игроку своей команды нецелесообразным, он неожиданно для всех, с целью выиграть время, ударил мячом по щиту противника. Это действие вызвало панику у защитника, а баскетболист, схватив отскочивший от щита мяч, направил его одному из игроков своей команды, который уже занял удобную позицию для совершения броска по корзине противника. |
| 2 | Проанализируйте предложенную ситуацию. Какие факторы психического напряжения действуют на спортсмена? Какие действия должны быть предприняты самим спортсменом, тренером? У вас есть знакомый спортсмен, который показывает высокий уровень готовности на тренировках, но на каждом ответственном соревновании ему не удается повторить то, что он неоднократно показывал как на тренировках, так и на соревнованиях. Например, в биатлоне у него не идет стрельба, а в беге он пропускает сигнал стартера, на квалификации первый, а на соревнованиях не входит в число призеров и т.д. |

| | |
|---|---|
| 3 | Подберите и дайте характеристику диагностического инструментария для решения проблемы развития стрессоустойчивости спортсменов (запрос тренера хоккейной команды подросткового возраста). |
| 4 | Подберите упражнения, ситуации для развития волевых качеств личности спортсмена-подростка. |

5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-6:

| | |
|---|---|
| 1 | Обозначьте преимущества и недостатки индивидуального стиля спортсмена-хоккеиста, обладающего подвижностью нервных процессов и слабым типом нервной системы. Какие рекомендации по организации работы с этим спортсменом Вы можете дать тренеру? |
| 2 | Представьте себе, что Вас назначили тренером команды, в которой происходили многочисленные стычки и ссоры между игроками в предыдущем сезоне. Расскажите, какие меры Вы предпримете перед началом сезона и во время сезона, чтобы развить чувство сплоченности команды. |
| 3 | Предложите варианты развития мотивации занятия спортом у начинающих спортсменов (на начальной стадии занятия спортом). |
| 4 | Дайте рекомендации тренеру по работе со спортсменом, имеющим низкий показатель мотивации достижения. |

Критерии оценивания (оценочное средство - Практическое задание)

| Оценка | Критерии оценивания |
|------------|---|
| зачтено | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок. Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме. Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами. |
| не зачтено | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки. При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки. При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки. |

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

Шкала оценивания сформированности компетенций

| Уровень сформированности компетенций (индикатор) | плохо | неудовлетворительно | удовлетворительно | хорошо | очень хорошо | отлично | превосходно |
|--|------------|---------------------|-------------------|--------|--------------|---------|-------------|
| | не зачтено | | зачтено | | | | |

| достижения | | | | | | | |
|---------------|---|--|--|---|---|---|--|
| <u>Знания</u> | Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа | 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 негрубых ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Ошибок нет. | Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки. |
| <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 | Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами. | Продемонстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме | Продемонстрированы 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 | Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами | Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов | Продемонстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов | Продемонстрирован 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 - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-2

| | |
|---|---|
| 1 | <p>Что изучает психология спорта:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. закономерности развития, проявления психики человека в условиях образовательного процесса 2. закономерности развития и функционирования психики 3. психологические особенности трудовой деятельности 4. закономерности развития и формирования психики человека в специфических условиях спорта под влиянием учебной, учебно-тренировочной и соревновательной деятельности |
| 2 | <p>Предмет психологии спорта – это:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. закономерности психики, психологические особенности личности и деятельности спортсменов в различных условиях тренировки и соревнований 2. закономерности возникновения, развития и проявления психологических явлений 3. психологические закономерности деятельности и личности человека в области правовых отношений 4. закономерности формирования психических свойств человека |
| 3 | <p>Основной задачей психологической подготовки спортсмена к конкретному соревнованию является:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. разработка профессиограмм правоохранительной деятельности юристов различной специализации 2. создание психической готовности к выступлению в соревнованиях 3. расширение интеллектуального кругозора 4. саморегуляция неблагоприятных внутренних состояний |
| 4 | <p>Основными причинами предсоревновательного психического напряжения являются:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. значимость соревнований 2. состав участников соревнований 3. индивидуальные психологические особенности 4. все ответы верные |

| | |
|----|--|
| 5 | <p>Одним из сильнейших мотивов спортивной деятельности является:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. преодоление препятствий, стремление изменять обстоятельства и добиваться успеха 2. распространение психологических познаний 3. стремление познавать окружающий мир 4. чувство долга |
| 6 | <p>Психологические особенности спорта как вида деятельности:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. стремление спортсмена к совершенствованию в избранном виде спорта 2. наличие спортивной борьбы 3. наличие ярко выраженного стресса, особенно на уровне соревнований крупного масштаба 4. все ответы верные |
| 7 | <p>К задачам профессиональной деятельности спортивного психолога относится:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. формирование мотивации 2. оценка готовности к соревнованиям 3. обучение методам психорегуляции 4. все ответы верные |
| 8 | <p>Психологическая структура спортивной деятельности – это:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. система психологических понятий 2. мотивация, средства и результаты спортивной деятельности 3. иерархия психологических образований 4. определенные психофизиологические особенности |
| 9 | <p>В структуру психологических профессиональных качеств спортсмена НЕ входит:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. мотивационный компонент 2. интеллектуальный компонент 3. склонность к совершению противоправных поступков 4. эмоциональный компонент |
| 10 | <p>Эмоциональный компонент структуры психологических профессиональных качеств спортсмена:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. обеспечивает саморегуляцию, самоконтроль спортивной деятельности 2. обеспечивает понимание своего вида спорта 3. характеризует внешние условия психической деятельности 4. способствуют овладению техникой и тактикой своего вида спорта |

5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-4

| | |
|---|---|
| 1 | <p>Спортсмены, у которых преобладает мотив избегания неудач:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. характеризуются настойчивостью в достижении поставленных целей 2. предпочитают атакующий стиль поведения 3. тревожны и не уверены в себе 4. проявляют стремление к соперничеству |
|---|---|

| | |
|---|---|
| 2 | <p>Гендерный компонент структуры психологических профессиональных качеств спортсмена включает следующие качества:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. маскулинность 2. фемининность 3. андрогинию 4. все ответы верные |
| 3 | <p>Защитный стиль спортивной деятельности характеризуется:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. навязыванием сопернику своей тактики 2. подавлением инициативы соперника 3. сведением риска до минимума, использованием защитных приемов 4. прямолинейностью в тактическом отношении |
| 4 | <p>К ведущим волевым качествам спортсмена относятся:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. настойчивость и упорство 2. выдержка и самообладание 3. смелость и решительность 4. все ответы верные |
| 5 | <p>Гендерный компонент структуры психологических профессиональных качеств спортсмена включает следующие качества:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. маскулинность 2. фемининность 3. андрогинию 4. все ответы верные |
| 6 | <p>Защитный стиль спортивной деятельности характеризуется:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. навязыванием сопернику своей тактики 2. подавлением инициативы соперника 3. сведением риска до минимума, использованием защитных приемов 4. прямолинейностью в тактическом отношении |
| 7 | <p>К ведущим волевым качествам спортсмена относятся:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. настойчивость и упорство 2. выдержка и самообладание 3. смелость и решительность 4. все ответы верные |
| 8 | <p>К основным направлениям поддержания целеустремленности спортсмена НЕ относится:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. конкретизация цели и перспектив деятельности 2. поощрение стремления избегать трудностей 3. использование эффекта соперничества 4. формирование у спортсмена чувства долга и ответственности |
| 9 | <p>Исполнение упражнения, в котором ранее была получена травма, является для спортсмена:</p> |

| | |
|----|---|
| | <ol style="list-style-type: none"> 1. стрессором, вызывающим страх 2. стрессором длительной нагрузки, порождающим усталость 3. стрессором изоляции 4. стрессором отвлечения внимания |
| 10 | <p>Спортивная команда может рассматриваться как:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. реальная малая группа, в рамках которой осуществляется спортивная деятельность 2. случайное объединение людей 3. большое скопление людей 4. группа людей, возникшая в результате общественного разделения труда |
| 11 | <p>Для спортсменов, образующих команду-коллектив, характерны:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. вера всех, а не части команды в достижение успеха 2. эмоциональное приобщение каждого спортсмена к команде как целому (отождествление себя с коллективом) 3. удовлетворенность своей командой 4. все ответы верные |
| 12 | <p>Для спортсменов, выполняющих упражнения одновременно, наиболее значимой является совместимость:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. психологическая (согласованность психологических свойств членов группы) 2. социально-психологическая (основывается на единстве ценностных ориентаций и направленности личности) 3. психофизиологическая, без которой невозможно достичь необходимой синхронности действий (гребля, прыжки на батуте, прыжки в воду) 4. совместимость тренера со спортсменами |
| 13 | <p>Отношения тренера к ученикам обусловлены:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. отношением спортсменов к учебно-тренировочному процессу 2. их поведением на соревнованиях 3. личностными качествами тренера 4. все ответы верные |
| 14 | <p>Основные виды деятельности спортивного психолога в процессе психологической подготовки:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. оценка текущего уровня психологической подготовленности спортсмена 2. разработка индивидуальной программы воздействий на спортсмена 3. создание у спортсмена адекватного психического состояния 4. все ответы верные |

5.3.3 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-6

| | |
|---|---|
| 1 | <p>К основным направлениям поддержания целеустремленности спортсмена НЕ относится:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. конкретизация цели и перспектив деятельности 2. поощрение стремления избегать трудностей |
|---|---|

| | |
|---|---|
| | <ol style="list-style-type: none"> использование эффекта соперничества формирование у спортсмена чувства долга и ответственности |
| 2 | <p>К основным направлениям поддержания целеустремленности спортсмена НЕ относится:</p> <ol style="list-style-type: none"> конкретизация цели и перспектив деятельности поощрение стремления избегать трудностей использование эффекта соперничества формирование у спортсмена чувства долга и ответственности |
| 3 | <p>Одной из задач предстартовой психологической подготовки является:</p> <ol style="list-style-type: none"> разработать режим дня спортсмена получить информацию о месте и времени предстоящих соревнований сформировать в день соревнований уверенность спортсмена в своих силах и бодрое эмоциональное состояние получить информацию о соперниках спортсмена |
| 4 | <p>Система организационно-методических мероприятий комплексного характера, включающих педагогические, идеологические, психологические и медико-биологические методы исследования, на основе которых выявляются задатки и способности детей, подростков для специализации в определенном виде спорта:</p> <ol style="list-style-type: none"> спортивный отбор спортивная ориентация профессиональный отбор спортивная селекция |
| 5 | <p>Негативное предстартовое состояние, характеризующееся пониженным эмоциональным возбуждением, вялостью, ухудшением протекания психических процессов, что приводит к снижению физической активности:</p> <ol style="list-style-type: none"> боевая готовность предстартовая апатия ажитированная депрессия синдром хронической усталости |
| 7 | <p>Психодиагностика в спорте – это:</p> <ol style="list-style-type: none"> совокупность методов, которые применяются с целью исследования больного человека исследование и оценка спортивно важных качеств, индивидуальных и личностных особенностей, установок, состояний и готовности спортсменов к соревнованиям совокупность мероприятий, которые обеспечивают психическое здоровье совокупность психологических приемов, используемых психологом для исправления недостатков поведения психически здорового человека |
| 8 | <p>Психологическое обследование спортсменов призвано:</p> <ol style="list-style-type: none"> помочь тренеру и специалистам более эффективно направлять усилия спортсмена устранить неадекватное или разрушительное восприятие окружающей действительности |

| | |
|----|---|
| | 3. снять физическое напряжение 4. подавить крайние эмоциональные проявления |
| 9 | <p>Организовать работу спортивного психолога означает:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. определить его статус и роль в тренировочном процессе 2. конкретизировать задачи и условия их решения 3. обеспечить регулярность и единообразие психологического воздействия 4. все ответы верные |
| 10 | <p>Психологическая подготовка спортсменов – это:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. изучение закономерностей распада психической деятельности и свойств личности при болезни 2. определенная последовательность действий, которую выполняет психика для того, чтобы достичь результата 3. обширный круг действий тренеров, спортсменов и менеджеров, которые направлены на формирование и развитие психических процессов и качеств личности спортсменов, необходимых для успешной тренировочной деятельности и выступления в соревнованиях 4. скрытые психологические приемы общения, при помощи которых собеседник намеревается добиться от вас необходимого ему действия |

Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)

| Оценка | Критерии оценивания |
|------------|------------------------------|
| зачтено | 75% правильных ответов |
| не зачтено | менее 75% правильных ответов |

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

Основная литература:

1. Психология физической культуры и спорта : учебник и практикум / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. - Москва : Юрайт, 2023. - 531 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-01035-0. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=840624&idb=0>.
2. Спортивная психология : Учебник для вузов / под общ. ред. Родионова В.А., Родионова А.В., Сивицкого В.Г. - Москва : Юрайт, 2020. - 367 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-00285-0 : 699.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=592292&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Малкин Валерий Рафаилович. Психологические методы подготовки спортсменов : Учебное

пособие для вузов / Малкин В. Р., Рогалева Л. Н. ; под науч. ред. Люберцева В.Н. - Москва : Юрайт, 2018. - 96 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07625-7 : 209.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=572246&idb=0>.

2. Семёнова Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Ермайшвили. - Москва : Юрайт, 2023. - 106 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-11146-0. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=845506&idb=0>.

3. Серова Л. К. Психология личности спортсмена : учебное пособие / Л. К. Серова. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 124 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07335-5. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=847589&idb=0>.

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

<http://рпо.рф/> - Сайт Российского психологического общества. Содержит научные тексты по различным психологическим проблемам, в том числе по спортивной психологии.

<http://www.ipras.ru> - Сайт Института психологии РАН. Содержит научные тексты по различным психологическим проблемам, в том числе по спортивной психологии.

12

<http://www.sport-psy.ru/> - научный журнал «Спортивный психолог» публикует оригинальные теоретические, экспериментальные и прикладные работы, а также обзоры отечественных и зарубежных исследований по всем направлениям (и разделам) спортивной психологии.

<http://psyedu.ru> - электронный журнал «Психолого-педагогические исследования» публикует научные и практико-ориентированные статьи по педагогической, возрастной, спортивной, специальной, юридической, социальной психологии, психологии здоровья и пр.

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 37.05.01 - Клиническая психология.

Автор(ы): Лобанов Сергей Николаевич.

Заведующий кафедрой: Маркелова Татьяна Владимировна, доктор психологических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 15.12.2023, протокол № 7.