

2.2 Учебный план

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Дополнительной профессиональной программы повышения квалификации «ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ»

№ ПП	Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей) тем	Трудоемкость всего в академ. часах	Трудоемкость по видам работ в часах:				Форма контроля
			аудиторные учебные занятия			самостоятельная работа	
			лекции	Практические и семинарские занятия	всего		
1	Психологическая характеристика спорта.	16	4	6	10	6	устный опрос
	1.1 Психологические особенности спорта как специфического вида деятельности.	4	2	-	2	2	
	1.2 Типичные психологические трудности спортсменов на разных этапах подготовки	6	-	4	4	2	
	1.3 Ресурсный подход к преодолению стресса в спорте	6	2	2	4	2	
2	Психологические(психофизиологические) аспекты спортивной ориентации и отбора	14	4	4	8	6	устный опрос
	2.1 Психологические критерии спортивной ориентации и отбора. Доступные психодиагностические методики для определения мотивационной готовности к началу и продолжению занятий спортом.	4	-	2	2	2	
	2.2 Общие свойства сенсорных систем	2	2	-	2	-	
	2.3 Сенситивные периоды: физиологические аспекты	4	2	-	2	4	
	2.4 Функциональное состояние центральной нервной системы	4	-	2	2	-	
3	Возрастная психопедагогика спорта	18	4	6	10	8	устный опрос
	3.1 Подход «от спортсмена»: учет возрастных психологических особенностей спортсменов	12	4	4	8	4	

	3.2 Дифференцированный подход к тренировочному процессу на основе учета психологических показателей спортсменов	6		2	4	2	
4	Личностные и социально-психологические ресурсы повышения конкурентоспособности спортсменов	26	6	10	16	10	устный опрос
	4.1 Психологические детерминанты спортивного успеха: мотивация, спортивно важные психические свойства (спортивно важные качества), индивидуальный стиль деятельности	6	2	2	4	2	
	4.2 Способность к саморегуляции как личностный ресурс спортсмена	10	2	4	6	4	
	4.3 Социально-психологические ресурсы повышения конкурентоспособности спортсменов	10	2	4	6	4	
5	Спортивная среда. Тренер как средовой ресурс (культурный лидер)	20	4	8	12	8	устный опрос
	5.1 Спорт с точки зрения экологического подхода. Спортивная среда.	4	2	-	2	2	
	5.2. Тренер как культурный лидер.	8	2	4	6	2	
	5.3 «Универсальные» психологические приемы в деятельности тренера как культурного лидера	8	-	4	4	4	
6	Спортивная среда. Родители как средовой ресурс	12	2	4	6	6	устный опрос
	6.16.1 Родители как ресурс и антиресурс спортсменов	8	2	2	4	4	
	6.2 Рекомендации родителям спортсменов	4	-	2	2	2	
	Итоговая аттестация	2			2*		тестирование
	Итого	108	24	38	64	44	

Примечание: аудиторные занятия – 62 часа, итоговая аттестация -2