

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф.Лесгафта,
Санкт-Петербург»**

Кафедра психологии им. А.Ц.Пуни

Методическое обеспечение дисциплины (модуля)

ПСИХОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Квалификация:
Бакалавр

Форма обучения:
Очная/Заочная

Санкт-Петербург 2019

1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:
очная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестр 6
Контактная работа преподавателей с обучающимися		54	54
В том числе:			
Занятия лекционного типа		20	17
Практические занятия семинарского типа		34	34
Промежуточная аттестация (экзамен)		27	27
Самостоятельная работа студента		27	27
Общая трудоемкость	часы	108	108
	зачетные единицы	3	3

заочная форма обучения

Вид учебной работы		Всего часов	семестр 7
Контактная работа преподавателей с обучающимися		14	14
В том числе:			
Занятия лекционного типа		6	6
Практические занятия семинарского типа		8	8
Промежуточная аттестация (экзамен)		9	9
Самостоятельная работа студента, включая выполнение контрольной работы		85	85
Общая трудоемкость	часы	108	108
	зачетные единицы	3	3

ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ,
НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОСНОВНАЯ:

1. Горбунов, Г.Д. Психология физической культуры и спорта [Текст] : учебник для студентов учреждений высшего образования, обучающихся по направлению подготовки "Физическая культура" / Г. Д. Горбунов, Е. Н. Гогун. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Академия, 2014. - 267, [1] с. : ил. - (Высшее образование) (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 263-265. - ISBN 978-5-4468-0534-1
2. Психология физической культуры и спорта [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата по гуманитарным направлениям и специальностям / А. Е. Ловягина [и др.] ; под ред. А. Е. Ловягиной. - Москва : Юрайт, 2017. - 531 с. : ил. - (Бакалавр. Академический курс). - Гриф УМО высш. образования. - Книга доступна в электронной библиотечной системе biblio-online.ru. - Библиогр.: с. 528-530. - ISBN 978-5-534-01035-0
3. Психология физической культуры [Текст] : учебник для высших учебных заведений физической культуры, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 034300.62 - Физическая культура / под общ. ред. Б. П. Яковлева, Г. Д. Бабушкина. - Москва : Спорт, 2016. - 623 с. : ил. - Гриф УМО вузов РФ по образованию в обл. физ.

4. Серова, Л.К. Психология физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / Л. К. Серова ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 1,42 МБ). - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. - Электрон. дан. (1 файл). - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. - Гриф УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры. - Библиогр.: с. 185-189. культуры. - Библиогр. в конце гл. - ISBN 978-5-906839-11-4
5. 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 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232089>
6. Багадирова, С.К. Основы психорегуляции в спортивной деятельности : учебное пособие / С.К. Багадирова. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 198 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4450-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=344694>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Андреев, В.В. Подготовка высококвалифицированных спортсменов: психологический аспект [Электронный ресурс] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.04.01 "Физическая культура" / В. В. Андреев, С. И. Петров, Р. Н. Апойко ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Электрон. дан. (1 файл : 1 МБ). - СПб. : [б. и.], 2014. - Электрон. дан. (1 файл). - Гриф УМО вузов Российской Федерации по образованию в области физ. культуры. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии.
2. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом [Электронный ресурс] : учебное пособие / Г. Д. Бабушкин ; М-во спорта Рос. Федерации ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Электрон. текстовые дан. (1 файл). - Омск : Изд-во СибГУФК, 2012. - Электрон. дан. (1 файл). - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. - Библиогр. в конце гл.
3. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта [Текст] : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 - Физическая культура / Г. Д. Горбунов. - [5-е изд., испр. и доп.]. - Москва : Советский спорт, 2014. - 326, [1] с. : ил. - Гриф УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта. - ISBN 978-5-9718-0698-1
4. Ильин, Е.П. Психология спорта [Текст] : [учебник] / Е. П. Ильин. - Санкт-Петербург : Питер, 2009. - 351 с. : ил. - (Мастера психологии). - Библиогр.: с. 333- 334. - ISBN 978-5-91180-928-7
5. Казанцев, С.А. Методы психологических исследований в практике спортивного ориентирования [Текст] : учебно-методическое пособие / С. А. Казанцев, Ю. А. Скачков ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2013. - 33 с. - Библиогр.: с.16
6. Психология взаимодействия в спорте: учебно-методическое пособие для физкультурных вузов / В.Н. Смоленцева, Ю.А. Мироненко, В.А. Блинов, Н.А. Шакина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта ; под ред. В.Н. Смоленцевой. - Омск : Издательство СибГУФК, 2015. - 123 с. : табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459433>

7. Сибирев, В.В. Психологическое сопровождение в зимних видах спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / В. В. Сибирев, Ю. К. Родыгина ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 816 КБ). - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. - Электрон. дан. (1 файл) : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. - Гриф УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры. - Библиогр. в конце гл.
8. Спортивная психология [Текст] : учебник для академического бакалавриата по гуманитарным направлениям и специальностям / Московский городской педагогический университет ; под общ. ред. В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. - Москва : Юрайт, 2015. - 366, [1] с. : ил. - (Бакалавр. Академический курс). - Гриф УМО высшего образования. - Книга доступна в электронной библиотечной системе biblio-online.ru. - Библиогр.: с. 362-364. - ISBN 798-5-9916-5570-5
9. Спортивная психология [Электронный ресурс] : учебник для физкультурных вузов / М-во спорта, туризма и молодежной политики Рос. Федерации ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта ; под ред. Г. Д. Бабушкина. - Электрон. текстовые дан. (1 файл). - Омск : Изд-во СибГУФК, 2012. - Электрон. дан. (1 файл). - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. - Библиогр. в конце гл.
10. Станиславская, И.Г. Психология. Основные отрасли [Текст] : учебное пособие для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 032100 - Физическая культура / И. Г. Станиславская, И. Г. Малкина-Пых ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Москва : Человек, 2014. - 322 с. - Библиогр. в конце гл. - ISBN 978-5-906131-27-0

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», необходимый для освоения дисциплины (модуля):

- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Справочная правовая система «Консультант плюс» <http://www.consultant.ru>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Федеральное агентство научных организаций (ФАНО России) <http://fano.gov.ru/ru/>
- Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) <http://www.fadm.gov.ru/>
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: [http://fcior.edu.ru\(link is external\)](http://fcior.edu.ru(link is external))
- Электронно-библиотечная система Университетская библиотека Online <http://biblioclub.ru/>
- Спортивный психолог <http://www.sport-psy.ru/content/o-zhurnale> (link is external)
- Российское образование <http://www.edu.ru/>(link is external)

Профессиональные базы данных (в том числе международные реферативные базы данных научных изданий) и информационные справочные системы

Название	Краткое описание	Режимы доступа	Ссылка на ресурс

eLIBRARY.RU	Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования.	Доступ свободный	http://www.elibrary.ru/
Physical Therapy & Sports Medicine Collection	Специализированная база данных по спортивной медицине, физической культуре, спорту, спортивному образованию, спортивной психологии в их различных аспектах, включая проверенные методы лечения, экспериментальные исследования и многое другое.	Доступ с ПК библиотек и	http://infotrac.galegroup.com
Архив журналов РАН	База включает архив журналов РАН.	Доступ свободный	libnauka.ru
Журналы издательства Oxford University Press	Ресурс англоязычный, содержит материалы по общественным и гуманитарным, естественным и техническим наукам, информатике, медицине, здравоохранению и др.	Доступ свободный	http://www.oxfordjournals.org/en/
ЭБС «Юрайт»	Электронная библиотечная система «Юрайт» – это виртуальный читальный зал учебников и учебных пособий от авторов из ведущих вузов России по экономическим, юридическим, гуманитарным, инженерно-техническим и естественно-научным направлениям и специальностям.	Доступ после регистрации	https://www.biblio-online.ru/

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

к рабочей программе дисциплины «Психология физической культуры и спорта»

Фонд оценочных средств (ФОС) по дисциплине «Психология физической культуры и спорта» является неотъемлемым приложением к рабочей программе дисциплины.

Полный комплект контрольных заданий или иных материалов, необходимых для оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) хранится на кафедре-разработчике.

На данный ФОС распространяются все реквизиты утверждения, представленные в РПД по данной дисциплине.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

Направление: 49.03.01 Физическая культура

Направленность:

Дисциплина: Психология ФКиС

Кафедра психологии

3 курс 6 семестр

(на 20 __/20__ учебный год)

Очная форма обучения

№ занятия	Посещаемость/балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов в мин./м акс.	Накопительная «стоимость»/балл	Количество часов СР для подготовки к видам контроля
1	2	3	4	5	6
Шестой семестр					
1	1,0	Лекция №1. Предмет психологии ФКиС.		1,0	
2	1,0	Лекция №2. Психологическая характеристика физического воспитания, спорта (массового, спорта высших достижений и профессионального спорта), двигательной рекреации.		2,0	
3	1,0	Лекция №3. ФК и ее роль в развитии человека как индивида, субъекта личности и индивидуальности.		3,0	
4		Занятие №1. Методы психологии физической культуры и спорта*			
5	1,0	Лекция №4. Основные понятия возрастной психологии		4,0	
6		Занятие №2. Закономерности и факторы психического развития. ТК1: письменная работа «Закономерности и факторы психического развития»	2/7	11,0	4
7	2,0	Лекция №5, 6. Возрастные психологические особенности занимающихся и их учет в процессе занятий физической культурой и спортом.		13,0	
8		Занятие №3 Возрастные психологические особенности детей раннего, дошкольного и школьного возрастов.		13,0	
9		Занятие №4. Возрастные психологические особенности взрослого и пожилого человека. ТК2: задание «Возрастные психологические особенности человека»	2/7	20,0	5

10	1,0	Лекция №7. Социально-психологические аспекты физического воспитания, спорта и двигательной рекреации.		21,0	
11		Занятие №5. Психологические основы общения		21,0	
12		Занятие №6 Анализ конфликтных ситуаций		21,0	
13		Занятие №7. Презентация или Беседа ТК3: задание «Презентация» или «Беседа»	2/8	29,0	
14	1,0	Лекция №8. Стресс и тревога в спорте.		30,0	
15	2,0	Лекция №9, 10 Основы психологического сопровождения физического воспитания, спорта и двигательной рекреации		32,0	
16		Занятие №8. Типичные проблемы занимающихся разными видами физической культуры (на уроках физического воспитания, на занятиях спортом, двигательной рекреацией)		32,0	
17		Занятие №9. Основы психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом		32,0	
18		Занятие №10. Психологический аспект спортивной ориентации и отбора. ТК4: задание «Пакет» / «батарея» психодиагностических методик	3/10	42,0	6
19		Занятие №11. Способы поведения в стрессе.		42,0	
20		Занятие №12. Психопрофилактика и психокоррекция возникновения и развития конфликтов в разных системах взаимодействия в процессе занятий физическим воспитанием, спортом и двигательной рекреацией.		42,0	
21		Занятие №13 Психопрофилактика и психокоррекция возникновения и развития неблагоприятных психических состояний занимающихся в разных системах взаимодействия в процессе занятий физическим воспитанием, спортом и двигательной рекреацией.		42,0	
22		Занятие №14. Формирование уверенного поведения у спортсмена.		42,0	
23		Занятие №15. Проблема мотивации занимающихся разными видами физической культурой Рубежный контроль №1 (кафедральный): опрос «Основы психологического сопровождения физического воспитания, спорта и двигательной рекреации»	2/10	52,0	6
24		Занятие №16. Психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией.		52,0	
25		Занятие № 17. «Универсальные» психологические приемы в деятельности тренера. ТК5: проведение психотехнических игр и упражнений	2/8	60,0	6
<u>2 рубежный контроль (УМУ)</u>			5/10!	70,0	

Промежуточный контроль (экзамен)**	22/30	100	27
Итоговая сумма баллов за семестр	50/100	100	

Прим: * предусмотрена отработка пропущенных занятий (при непосещении); преподаватель вправе предложить альтернативные задания, связанные с разработкой научно-практической проблемы психологии физической культуры и спорта;

** Промежуточный контроль (экзамен) не может быть поставлен по сумме баллов за текущие аттестационные задания. Студент, претендующий на отметку «хорошо» и «отлично» должен набрать по промежуточному контролю не менее 24-26 и 27-30 баллов соответственно. Студент, сдавший экзамен на «отлично» (27-30 баллов), но не набравший сумму на итоговую отметку «хорошо»/«отлично» имеет право выполнить пропущенные текущие аттестационные задания или пересдать их на больший балл.

Дополнительный модуль			
№п/п	Сроки проведения	Виды деятельности	Количество баллов
1.	По расписанию преподавателя	письменная работа «Закономерности и факторы психического развития»	8
2.	По расписанию преподавателя	задание «Возрастные психологические особенности человека»	10
3.	По расписанию преподавателя	задание «Презентация» или «Беседа»	10
4.	По расписанию преподавателя	задание «Пакет» / «батарея» психодиагностических методик»	10
5.	По расписанию преподавателя	Задание «Психотехнические игры и упражнения»	12

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ

Направление: 49.03.01 Физическая культура

Направленность:

Дисциплина: Психология ФКиС

Кафедра психологии

4 курс 7 семестр

(на **20** /**20**__ учебный год)

Заочная форма обучения

№ занятия	Посещаемость/ балл	Содержание занятий и виды контроля	Кол-во баллов в мин./макс.	Накопительная «стоимость»/балл	Количество часов СР для подготовки к видам контроля
1	2	3	4	5	6
Седьмой семестр					
1		Лекция №1. Предмет психологии ФКиС.			
2		Занятие №1. Методы психологии физической культуры и спорта.			
3		Лекция №2. Лекция №2. Возрастные психологические особенности занимающихся и их учет в процессе занятий физической культурой и спортом. Социально-психологические аспекты физического воспитания, спорта и двигательной рекреации.			
3		Занятие №2. Возрастные психологические особенности людей и их учёт в процессе занятий. ТК1: задание «Основные понятия возрастной психологии: закономерности и факторы психического развития и возрастные психологические особенности человека».	2/7	7,0	10
4		Лекция №3. Основы психологического сопровождения физического воспитания, спорта и двигательной рекреации.			
5		Занятие №4. Психопрофилактика и психокоррекция возникновения и развития конфликтов, неблагоприятных психических состояниях в разных системах взаимодействия в процессе занятий физическим воспитанием, спортом и двигательной рекреацией. Рубежный контроль (кафедральный): тестирование «Основы психологического сопровождения физического воспитания, спорта и двигательной рекреации»	5/10!	17,0	
6		Занятие № 4. Психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного, тренировочного и соревновательного процесса, а также занятий двигательной рекреацией* Анализ заданных ситуаций. ТК2: задание «Пакет» / «батарея» психодиагностических методик»	2/10	40,0	12

		ТКЗ: «Психотехнические игры и упражнения»	4/13		
		Контрольная работа	15/30!	70	20
Промежуточный контроль (экзамен) *			22/30	100	9
Итоговая сумма баллов за семестр			50/100	100	

Прим: * преподаватель вправе предложить альтернативные задания, связанные с разработкой научно-практической проблемы;

** Промежуточный контроль (экзамен) не может быть поставлен по сумме баллов за текущие аттестационные задания. Студент, претендующий на отметку «хорошо» и «отлично» должен набрать по промежуточному контролю не менее 24-26 и 27-30 баллов соответственно. Студент, сдавший экзамен на «отлично» (27-30 баллов), но не набравший сумму на итоговую отметку «хорошо»/«отлично» имеет право выполнить пропущенные текущие аттестационные задания или пересдать их на больший балл.

<u>Дополнительный модуль</u>			
№п/п	Сроки проведения	Виды деятельности	Количество баллов
1.	По расписанию преподавателя	Письменная работа «Основные понятия возрастной психологии: закономерности и факторы психического развития и возрастные психологические особенности человека»»	9
2.	По расписанию преподавателя	Задание «Пакет» / «батарея» психодиагностических методик»	13
3.	По расписанию преподавателя	Задание «Психотехнические игры и упражнения»	13
4.	По расписанию преподавателя	Контрольная работа	15
			50

2. КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ

2.1 Контрольные задания – очная форма обучения

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ

ТК1: письменная работа «Закономерности и факторы психического развития» (занятие 2)

Инструкция студентам: «Перед вами вариант с 7 заданиями, в которых отражены закономерности и факторы психического развития. Одно задание может быть связано: только с **одной** закономерностью; закономерностью и фактором (ами); с фактором (ами) психического развития. На бланке с вариантом работы вы ничего не пишете, а отвечаете на чистом бланке с номерами. Укажите номер варианта, свою фамилию и имя».

ВАРИАНТ 1 - пример

1. «Люди, страдающие синдромом Дауна, имеют лишнюю хромосому 21, которая либо свободно перемещается внутри ядра клетки, либо располагается поверх другой хромосомы напоподобие седока. Синдром Дауна наблюдается у 1 из 800 новорожденных, и с увеличением возраста матери вероятность его появления неуклонно возрастает. Так, например, эта болезнь встречается у 1 из 25 детей, родившихся у женщин в возрасте от 45 лет и старше» (Г.Крайг, 2001).

2. «В цикле исследований ученые сравнивали приемных детей по ряду показателей с их биологическими и приемными родителями, а также с родными детьми приемных родителей... Сопоставление данных обнаружило, что приемная семья оказывает существенное влияние: у приемных детей коэффициент интеллекта оказался в среднем выше, чем у их биологических родителей, равно как и средние показатели успеваемости в школе» (Scarr & Weinberg, 1983).

3. «...Если для ребенка дошкольного возраста мыслить – значит вспоминать, то для подростка вспоминать – значит мыслить. Его память настолько логизирована, что запоминание сводится к установлению и нахождению логических отношений, а припоминание заключается в поиске того пункта, который должен быть найден» (Л.С. Выготский, 1984)

4. «Экспериментальное исследование возрастной динамики интеллектуальных функций (внимания, памяти, мышления) у взрослых в период с 18 до 35 лет показало, что «пик в развитии мышления падает на 20 лет, 23 года, 25 лет, 30 лет и 32 года, спады наблюдаются в 22, 24, 26, 28, 31 и 34-35 лет» (Е.И. Степанова, 1971)

5. «Обнаружено, что дети авторитарных родителей отличаются замкнутостью и робостью, почти или совсем не стремятся к независимости, обычно угрюмы, непритязательны и раздражительны. Чрезмерное попустительство со стороны родителей приводит к тому, что их дети склонны потакать своим слабостям, импульсивны и часто не умеют себя вести на людях. В некоторых случаях они становятся активными, решительными и творческими людьми...» (Бомринг (1975).

6. «Если не развивать контакты ребенка с реальными предметами и людьми, не поощрять его действовать в «миру», он может спастись перед трудностями жизни. В этом сопротивляющемся нам, не всегда подчиняющемся нашим хотениям, требующем умений мире физической реальности человеку важно иногда подавить соблазн нырнуть и спрятаться в иллюзорный мир фантазий, где все легко получается» (М.В. Осорина, 2000).

7. «Опросив и обследовав около 10 тысяч британцев, психологи пришли к выводу, что в жизни человека бывает два «возраста счастья»: 15 лет, возраст первой любви и предвкушения грядущих событий, и 70... Среди британцев, достигших этого «полупочтенного» возраста, есть немало таких, которые в 70 лет женились или вышли замуж по любви, отрешившись от меркантильных расчетов, отправились в путешествие или осуществили свою заветную мечту» (газета «Версты», № 135, 2001).

Критерии оценки:

0 (задание считается не выполненным) – выполнено правильно 1 задание;

2 балла – выполнено правильно 2 задания;

3 балла - выполнено правильно 3 задания;

4 балла - выполнено правильно 4 задания;

5 баллов - выполнено правильно 5 задания;

6 баллов - выполнено правильно 6 задания;

7 баллов - выполнены правильно все 7 заданий.

В случае выполнения задания частично правильно – минус 0, 5 балла.

ТК2: задание «Возрастные психологические особенности человека» (занятие 4)

Задание состоит из двух частей: письменной работы и решение кейса

Письменная работа 2. Возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом (по данным описаниям сделать выводы, о каком возрасте идет речь. Имейте в виду, что одно задание подразумевает указание двух возрастов! Отвечайте на бланке, не забудьте указать свою фамилию и имя).

ВАРИАНТ 1

1. Проигрывание ролей дает детям _____ возраста возможность поэкспериментировать с разными моделями поведения и увидеть, к каким это может привести последствиям. Например, дети, играющие в больницу с куклами, своими приятелями или одни, могут исполнять множество

разнообразных ролей: больного, врача, медсестры, посетителя. Когда они разыгрывают эти роли, ими могут двигать подлинные страхи и опасения заболеть и оказаться зависимыми от других (Г.Крайг, 2001).

2. Большинство людей _____ возраста утверждают, что относительно часто контактируют с детьми и внуками – если не лично, то хотя бы по телефону. Они продолжают чувствовать, что обязаны помогать детям в случае необходимости (от денежной поддержки и присмотра за внуками до советов), но при этом не стремятся вмешиваться в их жизнь (Blieszner&Manchini, 1987).
3. Важность _____ обусловлена тем, что в это время ребенок овладевает речью и создаются предпосылки для формирования личности и субъекта в целом (Е.Ф.Рыбалко, Л.А.Головей, 1998).
4. Ведущей формой психики в _____ становится представление, которое интенсивно развивается в различных видах игровой и продуктивной деятельности (рисование, лепка, конструирование и др.) представления накладывают отпечаток на весь процесс психического развития (Е.Ф.Рыбалко, Л.А.Головей, 1998).
5. В период _____ развитие человека приобретает новый характер, так как уже не связано с заметным физическим ростом и быстрым приобретением новых познавательных (когнитивных) навыков. Развитие в _____ определяется, преимущественно, по социальным и культурным ориентирами... Поскольку прилагают все усилия, чтобы стать самостоятельными, экономически независимыми членами общества, они стремятся уйти от зависимости и нести ответственность за себя и других (Г.Крайг, 2001).
6. Большинство людей двояко относится к _____ возрасту. Он может быть периодом расцвета применительно к семейной жизни человека, его карьере или творческим способностям, но при этом люди все чаще задумываются о том, что они смертны и что их время уходит (Chiribora, 1981; Sherman, 1987).

Решение кейса - пример

Кейс 1 «Второй «А». Второй «А» класс был очень активным, шумным. Привлечь и удержать их внимание всегда было сложно, особенно в начале урока. Молодой учитель физической культуры пытался поощрять желаемое поведение, потом стал писать замечания в дневники, мотивировал проведением игры или эстафеты в конце урока — ничего не помогало: приходилось излишне громко говорить, постоянно следить за поведением. Урок получался «скомканным». Но один раз урок начался необычно: когда дети кое-как сели на скамейку (о построении речи и не было), учитель дал команду: «Принять положение виса на шведской стенке!» Второклассники мигом «вскарабкались», и пока они «висели», учитель проговорил, что и как они сейчас будут делать. В конце урока была дана аналогичная команда, учитель подвел итоги, отметил нескольких ребят и попрощался.

Вопросы по кейсу: 1. Почему сложно привлечь внимание второклассников? 2. Предложите свои варианты решения данной ситуации.

Критерии оценки:

0 (задание считается не выполненным) – студент отвечает правильно на 3 и менее заданий в письменной работе; ответа на вопрос кейса нет или недостаточно логичен, требует дополнительных вопросов;

2 балла – а) студент отвечает правильно на 3 задания; полный, подробный, аргументированный ответ на вопрос кейса, приводит примеры; б) студент отвечает правильно на 4 задания в письменной работе; ответ на вопрос кейса достаточно полон, может потребовать небольших уточнений;

3 балла - студент отвечает правильно на 4 задания в письменной работе; полный, подробный, аргументированный ответ на вопрос кейса, приводит примеры;

4 балла – студент отвечает правильно на 5 заданий в письменной работе; ответ на вопрос кейса достаточно полон, может потребовать небольших уточнений;

5 баллов - студент отвечает правильно на 5 заданий в письменной работе; полный, подробный, аргументированный ответ на вопрос кейса, приводит примеры;

6 баллов - студент отвечает правильно на все задания (6) в письменной работе; ответ на вопрос кейса достаточно полон, может требовать небольших уточнений;

7 баллов - студент отвечает правильно на все задания (6) в письменной работе; полный, подробный, аргументированный ответ на вопрос кейса, приводит примеры.

ТК3: задание «Презентация» или «Беседа» (занятие 7)

Текущий контроль направлен на формирование коммуникативных умений у будущих бакалавров в разных профессиональных ситуациях. Текущий контроль предполагает выполнение одного задания из двух предложенных (по согласованию с преподавателем)

Задание 1 «Презентация»

Студентам предлагается провести «знакомство с классом»; «набор в спортивную секцию»; «предложение услуг индивидуального тренера» и пр., т.е. представить себя и решить поставленную задачу. Студентам нужно продумать текст своего выступления на 3-5 минут и продемонстрировать его в смоделированной ситуации взаимодействия.

Задание 2 «Беседа» - пример

Студентам нужно продумать план беседы со старшеклассниками (подростками; только с девочками, только с мальчиками), игнорирующими уроки физической культуры и провести ее в заданной ситуации. Задача-минимум – узнать причину непосещения уроков по ФК. Задача-максимум – убедить пересмотреть свое поведение (роль «учеников» выполняют др. участники группы, стараясь соответствовать заданной возрастной категории).

Критерии оценки:

0 (задание считается не выполненным) – студент не выполняет задания;

2 балла – студент выполняет задание, формально произносит подготовленный текст, не вступает в контакт с аудиторией (отсутствуют невербальные средства общения); игнорирует вопросы (монологичен);

3 балла - студент выполняет задание, формально произносит подготовленный текст, вступает в контакт с аудиторией (недостаточно невербальных средств общения); игнорирует вопросы (монологичен);

4 балла – студент выполняет задание, формально произносит подготовленный текст, вступает в контакт с аудиторией (невербально), но игнорирует вопросы (монологичен);

5 баллов – студент выполняет задание, «вступает в контакт с аудиторией; реагирует на вопросы, не на все из них отвечает корректно, в целом решает поставленную задачу общения;

6 баллов - студент выполняет задание, вступает в контакт с аудиторией; реагирует на вопросы, в целом корректно на них отвечает; в целом решает поставленную задачу общения;

7 баллов - студент выполняет задание, вступает в контакт с аудиторией; реагирует на вопросы, в целом корректно на них отвечает, импровизирует; в целом решает поставленную задачу общения;

8 баллов - выполняет и демонстрирует оптимальное сочетание вербальных и невербальных средств общения в смоделированной ситуации, решает поставленную задачу общения.

ТК4: задание «Пакет» / «батарея» психодиагностических методик» (занятие 10)

Подготовка и выполнение данного текущего контроля включает:

1) подбор и обоснование «батарей» (комплекса) психодиагностических методик (4-6) для исследования наиболее важных показателей для конкретного вида спорта у спортсменов для юных спортсменов дошкольного, младшего школьного и подросткового возраста (по

согласованию с преподавателем) с указанием использованных источников литературы; а) психических процессов; б) психических состояний; в) психических свойств личности. Всего не меньше 6 методик, сочетающих а), б) и в);

2) представление данной «батареи» методик аудитории (раздаточный материал или мультимедиа);

3) проведение одной методики с группой.

Критерии оценки:

0 (задание считается не выполненным) – студент не проводит методики в группе;

3 балла – проводит методику психодиагностики при недостаточной собственной подготовленности (подобрано менее 6 методик; читает инструкцию, не подготовлены бланки). Испытывает затруднение при объяснении количественной /качественной обработки. Не приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

4 балла – проводит методику психодиагностики при недостаточной собственной подготовленности (подобрано менее 6 методик; читает инструкцию, не подготовлены бланки). Не испытывает затруднение при объяснении количественной /качественной обработки. Не приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

5 баллов – проводит методику психодиагностики при недостаточной собственной подготовленности (подобрано менее 6 методик; читает инструкцию, не подготовлены бланки). Не испытывает затруднение при объяснении количественной /качественной обработки. Приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

6 баллов - проводит методику психодиагностики по своему выбору достаточно уверенно, подготовлен (подобрано не менее 6 методик; есть раздаточный материал, инструктирует со «зрительной опорой»). Не объясняет, как количественно /качественно обработать. Не приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

7 баллов - проводит методику психодиагностики по своему выбору достаточно уверенно, подготовлен (подобрано не менее 6 методик; есть раздаточный материал, инструктирует без «зрительной опоры»). Объясняет, как количественно /качественно обработать. Не приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

8 баллов - проводит методику психодиагностики по своему выбору достаточно уверенно, подготовлен (подобрано не менее 6 методик; есть раздаточный материал, инструктирует без «зрительной опоры»). Объясняет, как количественно /качественно обработать. Приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

9 баллов - проводит методику психодиагностики по выбору преподавателя уверенно, подготовлен (подобрано не менее 6 методик; есть раздаточный материал, инструктирует без «зрительной опоры»). Объясняет, как количественно /качественно обработать. Не приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

10 баллов - проводит методику психодиагностики по выбору преподавателя уверенно, подготовлен (подобрано не менее 6 методик; есть раздаточный материал, инструктирует без «зрительной опоры»). Объясняет, как количественно /качественно обработать. Приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства

ТК5: проведение психотехнических игр и упражнений (занятие 17)

Подготовка и выполнение данного текущего контроля включает:

- 1) обоснование целесообразности использования психотехнических игр и упражнений в избранном виде спорта /на уроке физической культуры;
- 2) подбор несколько (**минимум 4-5**) психотехнических игр и упражнений для развития: А) или познавательного психического процесса (внимание, мышление, воображение, представление); Б) или оптимизации психического состояния; В) или развития межличностных отношений в группе в рамках избранного (определенного) вида спорта / на уроке физической культуры;
- 3) разработку несколько рекомендаций по включению данных игр в тренировочный процесс/в урок физической культуры (какая часть занятия, дозировка, последовательность и пр.);
- 4) оформление (не забыть про) список литературы;
- 5) собственно проведение.

«Психотехнические игры и упражнения на уроке физической культуры» - по аналогии.

Критерии оценки:

0 (задание считается невыполненным) - студент не проводит психотехническую игру или не предоставляет видеозапись проведения;

2 балла - студент проводит психотехническую игру при недостаточной собственной подготовленности (подобрано менее 4 игр или упражнений; смотрит в записи, «нет, пожалуй, по-другому» и т.п.). Испытывает затруднение при организации группы, и в предложении вариантов по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

3 балла - студент проводит психотехническую игру при недостаточной собственной подготовленности (подобрано менее 4 игр или упражнений; не смотрит в записи). Испытывает затруднение при организации группы, и в предложении вариантов по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

4 балла - студент проводит психотехническую игру при недостаточной собственной подготовленности (подобрано менее 4 игр или упражнений; не смотрит в записи). Не испытывает затруднение при организации группы, и в предложении вариантов по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

5 баллов - студент проводит психотехническую игру достаточно уверенно, подготовлен (в письменном виде представлено не менее 4-5 игр и упражнений, смотрит в текст 1-2 раза). Испытывает затруднение при организации группы, не предлагает варианты по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

6 баллов - студент проводит психотехническую игру достаточно уверенно, подготовлен (в письменном виде представлено не менее 4-5 игр и упражнений, смотрит в текст 1-2 раза). Не испытывает затруднение при организации группы, не предлагает варианты по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

7 баллов - студент проводит психотехническую игру достаточно уверенно, подготовлен (в письменном виде представлено не менее 4-5 игр и упражнений, смотрит в текст 1-2 раза). Не испытывает затруднение при организации группы, предлагает варианты по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

8 баллов - студент проводит психотехническую игру свободно, уверенно организует группу, руководит ею или отдельными участниками в процессе выполнения. Предлагает

варианты изменения данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение.

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ – не предусмотрены

РУБЕЖНЫЙ КАФЕДРАЛЬНЫЙ КОНТРОЛЬ по теме «Основы психологического сопровождения физического воспитания, спорта и двигательной рекреации» (занятие 15)

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ ЗАДАНИЙ:

А	1. «Психологическое сопровождение основано на 2. Система психологического обеспечения спортивной деятельности (Г.Д.Горбунов) (перечислить структурные элементы). 3. Внешняя мотивация – это...
Б	1. Психологическое обеспечение основано на ... 2. Система психологического сопровождения спортивной карьеры (Н.Б.Стамбулова): перечислить структурные элементы. 3. Индивидуальный стиль деятельности спортсмена – это ...
В	1. Неблагоприятные психические состояния. 2 Конфликт – это.... 3. Копинг-поведение.
Г	1. Психодиагностика – это 2. Стратегии поведения в конфликте. 3. Психодиагностика психических процессов.

Критерии оценки:

- 0 (задание считается невыполненным) - менее ½ правильного ответа по одному вопросу
- 2 балла - неполный ответ (более ½) по одному вопросу;
- 3 балла - один точный ответ – 3 балла;
- 4 балла - два неточных ответа;
- 5 и 6 баллов - один полный и один (два) частично правильный(ых) ответ(а) соответственно;
- 7 баллов - два правильных ответа;
- 8 и 9 баллов - два полных и один частично правильный ответ (менее ½ и более ½) –
- 10 баллов - три полных правильных ответа.

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ РУБЕЖНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Данный контроль является *обязательным*, и не пересдается в случае пропуска.

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ ТЕСТ-БИЛЕТА

ВАРИАНТ 1

КОД ТЗ	Тестовое задание
1.1	<i>Выберите один правильный вариант ответа</i> 1. Первый в мире учебник по психологии для институтов физической культуры был издан: а) в США в 1926 г.; б) в Германии в 1936 г.; в) в СССР в 1958 г.; г) в Китае в 1987г.
1.2	2. Предметом психологии ФКиС являются закономерности развития и проявления психики человека: а) в условиях двигательной активности; б) в процессе занятий разными видами физической культуры; в) в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности; в) в процессе тренировочной и соревновательной деятельности.
1.3	Официальное признание отечественной психологии спорта связано с защитой первой докторской диссертации:

	а) П.А.Рудиком; б) А.П. Нечаевым; в) А.Ц.Пуни; в) А.А.Лалаяном.
1.4	В перечень основных разделов психологии физической культуры и спорта входят: а) психология физического воспитания, психология массового спорта, психология спорта высших достижений; б) психология физического воспитания, психология спорта, психология активного отдыха (двигательной рекреации), психология реабилитационной физической культуры; в) психология спорта, психология тренера, психология болельщика, психология физического образования; г) психология детского спорта, психология активного отдыха для взрослых, психология реабилитационной физической культуры для лиц пожилого возраста.
2.1	Жизненный путь человека –это развитие человека как: а) индивида, личности и индивидуальности; б) субъекта, личности и индивидуальности; в) индивида, субъекта и личности; г) субъекта, индивида и индивидуальности.
2.2	Фактор психического развития, роль которого усиливается с возрастом: а) половой диморфизм; б) социальная среда; в) собственная активность; г) наследственность.
2.3	Сезитивный период развития психической функции или свойства связан со закономерностью психического развития: а) неравномерностью; б) интеграцией; в) гетерохронностью; г) пластичностью.
2.4	Ведущий тип деятельности в период взрослости: а) общение, познание, развитие; б) трудовая (профессиональная) деятельность, общение, развитие; в) общение, познание, трудовая (профессиональная) деятельность; г) трудовая (профессиональная) деятельность, учебная деятельность, общение.
3.1	Виды спорта, не связанные с гендерными стереотипами: а) легкая атлетика, волейбол; б) хоккей, художественная гимнастика; в) фигурное катание, борьба; г) бокс, танцевальный спорт.
3.2	Критерии эффективного общения: а) личностный и нормативный; б) личностный и деловой; в) нормативный и деловой; г) личностный и социальный.
3.3	Стратегии поведения в конфликте: а) компромисс, уступка, сотрудничество, избегание, давление; б) компромисс, обещание, манипулирование, давление, уступка; в) уступка, давление, компромисс, манипулирование, исполнение; г) сотрудничество, компромисс, давление, манипулирование, уступка.
3.4	Система психологического обеспечения спортивной подготовки Г.Д.Горбунова включает в себя: а) психодиагностику, психолого-педагогические и психогигиенические рекомендации, психологическую подготовку, ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена; б) психодиагностику, психолого-педагогические и психогигиенические рекомендации, общую и специальную психологическую подготовку; в) психодиагностику, общую и специальную психологическую подготовку, управление состоянием и поведением спортсмена; г) психодиагностику, психолого-педагогические

	и психогигиенические рекомендации, специально организованное общение, общую психологическую подготовку.
--	---

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ ТЕСТ-БИЛЕТА

ВАРИАНТ 2

КОД ТЗ	Тестовое задание
1.1	Актуальность практических и научно-методических задач психологии физической культуры и спорта обусловлена: а) развитием физической культуры и спорта; б) теориями, разработанными в спортивных науках; в) знаниями, накопленными в общей и возрастной психологии; г) требованиями, выдвигаемыми к уровню научных знаний о физкультурно-оздоровительной деятельности.
1.2	Главными результатами занятий двигательной рекреацией (активным отдыхом) являются: а) обучение двигательным навыкам; б) разряды и победы в конкретном виде спорта; в) оптимизация психического состояния, повышение работоспособности; г) организация свободного времени.
1.3	Проективные методы исследования личности подразумевают: а) отсутствие оценки ответов как правильных или ошибочных, объективную интерпретацию, четкую инструкцию; б) оценку ответов как правильных или ошибочных, субъективную интерпретацию, общую инструкцию; в) отсутствие оценки ответов как правильных или ошибочных, субъективную интерпретацию, общую инструкцию; г) оценка ответов как правильных или ошибочных, объективную интерпретацию, четкую инструкцию.
1.4	Обеспечение недоступности психодиагностической информации для посторонних относится к одному из этических принципов: а) валидности; б) конфиденциальности; в) верифицируемости; г) надежности.
2.1	Общение «на равных» - это: а) общение с учетом возраста занимающегося; б) общение в доступной для другого форме; в) свобода выбора ролевых позиций в общении; г) подтверждение ожидаемой ролевой позиции в общении.
2.2	Межличностный конфликт включает в себя: а) разные мнения и несогласие с мнением другого; б) конфликтную ситуацию и инцидент; в) конфликтную ситуацию и насмешки со стороны другого; г) несогласие с мнением большинства и отстаивание своего мнения.
2.3	Переход к абстрактному мышлению – психическое новообразование: а) подросткового возраста; б) старшего школьного возраста; в) ранней взрослости; г) младшего школьного возраста.
2.4	Рефлексия как психическое новообразование – это: а) способность планировать действия про себя, в уме; б) умение ставить цели; в) способность к сопоставлению, сравнению и анализу себя, своих действий; г) способность управлять своим поведением.

3.1	Понятие «спортивная карьера» в отечественную психологию спорта введено: а) Ю.Я.Киселевым; б) Н.Б.Стамбуловой; г) Г.Б.Горской; г) Г.Д.Горбуновым.
3.2	Психологическое сопровождение занимающихся двигательной рекреацией включает; а) психологическое сопровождение «входа» в рекреационные занятия, создание и поддержание благоприятных психических состояний у занимающихся; б) диагностику мотивов занимающегося и подбор наиболее подходящих форм занятий; в) эффективное общение с занимающимся в ходе индивидуальных и групповых занятий; г) создание комфортной среды для занимающегося.
3.3	Спортивная ориентация – это: а) формирование спортивного резерва; б) определение наиболее подходящей спортивной специализации для конкретного ребенка или подростка; в) определение наиболее неподходящей спортивной специализации для конкретного ребенка или подростка; в) определение детей, наиболее соответствующих требованиям спортивной специализации; г) отсев детей и подростков из спортивной группы.
3.4	Стабилометрические тесты не позволяют провести измерение: а) показателей внимания; б) параметров пробы Ромберга; в) характеристик темперамента; г) качества функции равновесия.

2.1 Контрольные задания – заочная форма

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ

ТК1: письменная работа «Основные понятия возрастной психологии: закономерности и факторы психического развития и возрастные психологические особенности людей» (занятие 2)

Инструкция студентам: «Задание состоит из двух частей: А) Перед вами вариант с 7 заданиями, в которых отражены закономерности и факторы психического развития. Одно задание может быть связано: только с **одной** закономерностью; закономерностью и фактором (ами); с фактором (амии) психического развития; Б) Возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом (по данным описаниям сделать выводы, о каком возрасте идет речь. Имейте в виду, что одно задание подразумевает указание двух возрастов! На бланке с вариантом работы вы ничего не пишете, а отвечаете на чистом бланке с номерами; укажите номер варианта, свою фамилию и имя».

ВАРИАНТ 1 – пример

А. Закономерности и факторы психического развития.

1. «Люди, страдающие синдромом Дауна, имеют лишнюю хромосому 21, которая либо свободно перемещается внутри ядра клетки, либо располагается поверх другой хромосомы напоподобие седока. Синдром Дауна наблюдается у 1 из 800 новорожденных, и с увеличением возраста матери вероятность его появления неуклонно возрастает. Так, например, эта

болезнь встречается у 1 из 25 детей, родившихся у женщин в возрасте от 45 лет и старше» (Г.Крайг, 2001).

2. «В цикле исследований ученые сравнивали приемных детей по ряду показателей с их биологическими и приемными родителями, а также с родными детьми приемных родителей... Сопоставление данных обнаружило, что приемная семья оказывает существенное влияние: у приемных детей коэффициент интеллекта оказался в среднем выше, чем у их биологических родителей, равно как и средние показатели успеваемости в школе» (Scarr & Weinberg, 1983).

3. «...Если для ребенка дошкольного возраста мыслить – значит вспоминать, то для подростка вспоминать – значит мыслить. Его память настолько логизирована, что запоминание сводится к установлению и нахождению логических отношений, а припоминание заключается в поиске того пункта, который должен быть найден» (Л.С. Выготский, 1984)

4. «Экспериментальное исследование возрастной динамики интеллектуальных функций (внимания, памяти, мышления) у взрослых в период с 18 до 35 лет показало, что «пик в развитии мышления падает на 20 лет, 23 года, 25 лет, 30 лет и 32 года, спады наблюдаются в 22, 24, 26, 28, 31 и 34-35 лет» (Е.И. Степанова, 1971)

5. «Обнаружено, что дети авторитарных родителей отличаются замкнутостью и робостью, почти или совсем не стремятся к независимости, обычно угрюмы, непритязательны и раздражительны. Чрезмерное попустительство со стороны родителей приводит к тому, что их дети склонны потакать своим слабостям, импульсивны и часто не умеют себя вести на людях. В некоторых случаях они становятся активными, решительными и творческими людьми...» (Бомринг (1975).

6. «Если не развивать контакты ребенка с реальными предметами и людьми, не поощрять его действовать в «миру», он может спастись перед трудностями жизни. В этом сопротивляющемся нам, не всегда подчиняющемся нашим хотениям, требующем умений мире физической реальности человеку важно иногда подавить соблазн нырнуть и спрятаться в иллюзорный мир фантазий, где все легко получается» (М.В. Осорина, 2000).

7. «Опросив и обследовав около 10 тысяч британцев, психологи пришли к выводу, что в жизни человека бывает два «возраста счастья»: 15 лет, возраст первой любви и предвкушения грядущих событий, и 70...Среди британцев, достигших этого «полупочтенного» возраста, есть немало таких, которые в 70 лет женились или вышли замуж по любви, отрешившись от меркантильных расчетов, отправились в путешествие или осуществили свою заветную мечту» (газета «Версты», № 135, 2001).

Б) Возрастные психологические особенности

3. Проигрывание ролей дает детям _____ возраста возможность поэкспериментировать с разными моделями поведения и увидеть, к каким это может привести последствиям. Например, дети, играющие в больницу с куклами, своими приятелями или одни, могут исполнять множество разнообразных ролей: больного, врача, медсестры, посетителя. Когда они разыгрывают эти роли, ими могут двигать подлинные страхи и опасения заболеть и оказаться зависимыми от других (Г.Крайг, 2001).

4. Большинство людей _____ возраста утверждают, что относительно часто контактируют с детьми и внуками – если не лично, то хотя бы по телефону. Они продолжают чувствовать, что обязаны помогать детям в случае необходимости (от денежной поддержки и присмотра за внуками до советов), но при этом не стремятся вмешиваться в их жизнь (Blieszner & Manchini, 1987).

5. Важность _____ обусловлена тем, что в это время ребенок овладевает речью и создаются предпосылки для формирования личности и субъекта в целом (Е.Ф.Рыбалко, Л.А.Головей, 1998).

6. Ведущей формой психики в _____ становится представление, которое интенсивно развивается в различных видах игровой и продуктивной деятельности (рисование, лепка,

конструирование и др.) представления накладывают отпечаток на весь процесс психического развития (Е.Ф.Рыбалко, Л.А.Головей, 1998).

7. В период _____ развитие человека приобретает новый характер, так как уже не связано с заметным физическим ростом и быстрым приобретением новых познавательных (когнитивных) навыков. Развитие в _____ определяется, преимущественно, по социальным и культурным ориентирами... Поскольку прилагают все усилия, чтобы стать самостоятельными, экономически независимыми членами общества, они стремятся уйти от зависимости и нести ответственность за себя и других (Г.Крайг, 2001).
8. Большинство людей двояко относится к _____ возрасту. Он может быть периодом расцвета применительно к семейной жизни человека, его карьере или творческим способностям, но при этом люди все чаще задумываются о том, что они смертны и что их время уходит (Chiriboga, 1981; Sherman, 1987).

Критерии оценки:

0 (задание считается не выполненным) – А: выполнено правильно 1 задание ; Б: студент отвечает правильно на 3 и менее заданий в письменной работе;

2 балла – А: выполнено правильно 2 задания; Б: студент отвечает правильно на 4 задания в письменной работе;

3 балла – А: выполнено правильно 3 задания; Б: студент отвечает правильно на 4 задания в письменной работе

4 балла - А: выполнено правильно 4 задания; Б: студент отвечает правильно на 5 заданий в письменной работе

5 баллов – А: выполнено правильно 5 задания; Б: студент отвечает правильно на 5 заданий в письменной работе

6 баллов - А: выполнено правильно 6 задания; Б: студент отвечает правильно на все задания (6) в письменной работе.

7 баллов - А: выполнены правильно все 7 заданий; Б: студент отвечает правильно на все задания (6) в письменной работе.

В случае выполнения задания А частично правильно – минус 0, 5 балла.

ТК2: задание «Пакет» / «батарея» психодиагностических методик» (занятие 4)

Подготовка и выполнение данного текущего контроля включает:

1) подбор и обоснование «батареи» (комплекса) психодиагностических методик (4-6) для исследования наиболее важных показателей для конкретного вида спорта у спортсменов для юных спортсменов дошкольного, младшего школьного и подросткового возраста (по согласованию с преподавателем) с указанием использованных источников литературы; а) психических процессов; б) психических состояний; в) психических свойств личности. Всего не меньше 6 методик, сочетающих а), б) и в);

2) представление данной «батареи» методик аудитории (раздаточный материал или мультимедиа);

3) проведение одной методики с группой (подгруппе, в парах).

Критерии оценки:

0 (задание считается не выполненным) – только письменное представление;

2 балла – подобрано менее 6 методик; испытывает затруднение при объяснении количественной /качественной обработки; не приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

3 балла – проводит методику психодиагностики* при недостаточной собственной подготовленности (подобрано менее 6 методик; читает инструкцию, не подготовлены бланки). Не испытывает затруднение при объяснении количественной /качественной обработки. Не приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

4 балла – *проводит методику психодиагностики* при недостаточной собственной подготовленности (подобрано менее 6 методик; читает инструкцию, не подготовлены бланки). Не испытывает затруднение при объяснении количественной /качественной обработки. Приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

5 баллов - *проводит методику психодиагностики* по своему выбору достаточно уверенно, подготовлен (подобрано не менее 5 методик; есть раздаточный материал, инструктирует со «зрительной опорой»). Не объясняет, как количественно /качественно обработать. Не приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

6 баллов - *проводит методику психодиагностики* по своему выбору достаточно уверенно, подготовлен (подобрано не менее 5 методик; есть раздаточный материал, инструктирует без «зрительной опоры»). Объясняет, как количественно /качественно обработать. Не приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

7 баллов - *проводит методику психодиагностики* по своему выбору достаточно уверенно, подготовлен (подобрано не менее 5 методик; есть раздаточный материал, инструктирует без «зрительной опоры»). Объясняет, как количественно /качественно обработать. Приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

8 баллов - *проводит методику психодиагностики* по своему выбору достаточно уверенно, подготовлен (подобрано не менее 6 методик; есть раздаточный материал, инструктирует без «зрительной опоры»). Объясняет, как количественно /качественно обработать. Не приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

9 баллов - *проводит методику психодиагностики* по своему выбору достаточно уверенно, подготовлен (подобрано не менее 6 методик; есть раздаточный материал, инструктирует без «зрительной опоры»). Объясняет по инструкции, как количественно /качественно обработать. Приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства;

10 баллов - *проводит методику психодиагностики* по выбору преподавателя уверенно, подготовлен (подобрано не менее 6 методик; есть раздаточный материал, инструктирует без «зрительной опоры»). Объясняет, как количественно /качественно обработать. Приводит примеры другой возможной методики для измерения выбранного показателя психического процесса, состояния или свойства.

Прим.: * при организационных сложностях – оценивание задания без требования, выделенного курсивом.

ТКЗ: проведение психотехнических игр и упражнений (занятие 4)

Подготовка и выполнение данного текущего контроля включает:

- 1) обоснование целесообразности использования психотехнических игр и упражнений в избранном виде спорта /на уроке физической культуры;
- 2) подбор несколько (**минимум 3-5**) психотехнических игр и упражнений для развития: А) или познавательного психического процесса (внимание, мышление, воображение, представление); Б) или оптимизации психического состояния; В) или развития межличностных отношений в группе в рамках избранного (определенного) вида спорта /на уроке физической культуры;
- 3) разработку несколько рекомендаций по включению данных игр в тренировочный процесс/в урок физической культуры (какая часть занятия, дозировка, последовательность и пр.);

- 4) оформление (не забыть про) список литературы;
- 5) собственно проведение /предоставление видеозаписи.

«Психотехнические игры и упражнения на уроке физической культуры» - по аналогии.

Критерии оценки:

0 (задание считается невыполненным) - студент не предоставляет задание;

4 балла - студент проводит психотехническую игру при недостаточной собственной подготовленности* (подобрано 3 игры или упражнений; смотрит в записи, «нет, пожалуй, по-другому» и т.п.). Испытывает затруднение при организации группы, и в предложении вариантов по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

5 баллов - студент проводит психотехническую игру при недостаточной собственной подготовленности (подобрано 3 игры или упражнения; смотрит в записи, «нет, пожалуй, по-другому» и т.п.). Испытывает затруднение при организации группы; предлагает варианты по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

6 баллов - студент проводит психотехническую игру при недостаточной собственной подготовленности (подобрано 3 игры или упражнения; смотрит в записи, «нет, пожалуй, по-другому» и т.п.); предлагает варианты по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

7 баллов - студент проводит психотехническую игру при недостаточной собственной подготовленности (подобрано менее 4 игр или упражнений; смотрит в записи, «нет, пожалуй, по-другому» и т.п.). Испытывает затруднение при организации группы, и в предложении вариантов по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

8 баллов - студент проводит психотехническую игру при недостаточной собственной подготовленности (подобрано менее 4 игр или упражнений; не смотрит в записи). Испытывает затруднение при организации группы, и в предложении вариантов по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

9 баллов - студент проводит психотехническую игру при недостаточной собственной подготовленности (подобрано 4 игры или упражнения; не смотрит в записи). Не испытывает затруднение при организации группы, и в предложении вариантов по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

10 баллов - студент проводит психотехническую игру достаточно уверенно, подготовлен (в письменном виде представлено 5 игр и упражнений, смотрит в текст 1-2 раза). Испытывает затруднение при организации группы, не предлагает варианты по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

11 баллов - студент проводит психотехническую игру достаточно уверенно, подготовлен (в письменном виде представлено не менее 5 игр и упражнений, смотрит в текст 1-2 раза). Не испытывает затруднение при организации группы, не предлагает варианты по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

12 баллов - студент проводит психотехническую игру достаточно уверенно, подготовлен (в письменном виде представлено 5 игр и упражнений, смотрит в текст 1-2

раза). Не испытывает затруднение при организации группы, предлагает варианты по изменению условий данной игры или упражнения. В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение;

13 баллов - студент проводит психотехническую игру свободно, уверенно организует группу, руководит ею или отдельными участниками в процессе выполнения (в письменном виде представлено 5 игр и упражнений) Предлагает варианты изменения данной игры или упражнения В случае предоставления видеоматериала о проведении задания в реальной ситуации – аналогичное заключение.

Прим.: * при организационных сложностях – оценивание задания без требования, выделенного курсивом.

ТЕМЫ КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ ДЛЯ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Контрольная работа является обязательным требованием для допуска к промежуточному контролю

Основные темы контрольной работы:

- 1) «Феномен негативных переживаний спортсмена»;
- 2) «Психологическая защита спортсмена»;
- 3) «Состояние уверенности в спорте»;
- 4) «Психология боли/травмы»;
- 5) «Преодоление в спорте»;
- 6) «Психологические проблемы в спорте»;

Преподаватель вправе предложить дополнительные темы или детализировать данные (например, «Преодоление критических/ кризисных ситуаций в спорте»)

Инструкция студентам: «Для выполнения данной контрольной работы Вам следует решить следующие задачи: дать описание «феномена переживаний / психологической защиты/уверенности/ травмы/преодоления » с точки зрения различных психологических концепциях, проанализировать структурно-динамическую характеристику выбранного понятия(феномена)», обосновать детерминанты негативных переживаний/ отрицательных воздействий психологической защиты на спортивный результат/ спортсменов, разработать рекомендации работы с негативными переживаниями спортсменов/ выраженной психологической защитой/ неуверенностью/отношением к травме/неконструктивными способами преодоления с целью психологической подготовки их к ответственным соревнованиям (пять-десять рекомендаций), основываясь как на собственном опыте, так и на основную литературу, в частности, на следующую литературу:

Критерии оценивания:

30 баллов – за интересную, с сильной практической частью, хорошим анализом эмпирического материала реферативную работу и с выводами;

29 баллов – за интересную, с сильной практической частью и хорошим анализом эмпирического материала реферативную работу, но без выводов;

28 баллов – за интересную, с сильной практической частью, с анализом эмпирического материала и с выводами;

27 баллов – за интересную, с сильной практической частью, с анализом эмпирического материала, но без выводов;

26 баллов – за интересную реферативную работу с сильной практической частью, без анализа эмпирического материала и без выводов;

25 баллов – за интересную, со слабой практической частью и анализом эмпирического материала реферативную работу;

24 балла – за интересную, со слабой практической частью, с анализом эмпирического материала, но без выводов;

23 балла – за интересную, со слабой практической частью, с анализом эмпирического материала, но без выводов;

22 балла – за интересную со слабой практической частью, без анализа эмпирического материала и без выводов;

21 балл – за интересную, со слабой практической частью и без анализа эмпирического материала реферативную работу;

20 баллов – за ранее уже разработанную тему, но с сильной практической частью и хорошим анализом эмпирического материала реферативную работу;

19 баллов – за ранее уже разработанную тему, со слабой практической частью и анализом эмпирического материала реферативную работу;

18 баллов – за ранее уже разработанную тему, со слабой практической частью, но без анализа эмпирического;

17 баллов – ставится за слабую, поверхностную работу, но с сильной практической частью и анализом эмпирического материала;

16 баллов – ставится за слабую, поверхностную работу, с практической частью, но без анализа эмпирического материала;

15 баллов – ставится за слабую, поверхностную работу, без проработки практической части.

На усмотрение автора в контрольной работе могут быть разработаны отдельные тематические главы, параграфы, в которых анализируется соответствующая литература. При этом каждая глава должна содержать область выводов и переходный (логический) мостик к следующей главе. А общие выводы в конце работы являются суммой выводов отдельных глав.

РУБЕЖНЫЙ КАФЕДРАЛЬНЫЙ КОНТРОЛЬ: тестирование по теме «Основы психологического сопровождения физического воспитания, спорта и двигательной рекреации» (занятие 3)

1. Критерии эффективного общения:

а) личностный и нормативный; б) личностный и деловой; в) нормативный и деловой; г) личностный и социальный.

2. Межличностный конфликт включает в себя:

а) разные мнения и несогласие с мнением другого; б) конфликтную ситуацию и инцидент; в) конфликтную ситуацию и насмешки со стороны другого; г) несогласие с мнением большинства и отстаивание своего мнения.

3. Стратегии поведения в конфликте:

а) компромисс, уступка, сотрудничество, избегание, давление; б) компромисс, обещание, манипулирование, давление, уступка; в) уступка, давление, компромисс, манипулирование, исполнение; г) сотрудничество, компромисс, давление, манипулирование, уступка.

4. Обеспечение недоступности психодиагностической информации для посторонних относится к одному из этических принципов:

а) валидности; б) конфиденциальности; в) верифицируемости; г) надежности.

5. Система психологического обеспечения спортивной подготовки Г.Д.Горбунова включает в себя:

а) психодиагностику, психолого-педагогические и психогигиенические рекомендации, психологическую подготовку, ситуативное управление состоянием и поведением спортсмена; б) психодиагностику, психолого-педагогические и психогигиенические рекомендации, общую и специальную психологическую подготовку; в)

психодиагностику, общую и специальную психологическую подготовку, управление состоянием и поведением спортсмена; г) психодиагностику, психолого-педагогические и психогигиенические рекомендации, специально организованное общение, общую психологическую подготовку.

6. Понятие «спортивная карьера» в отечественную психологию спорта введено:

а) Ю.Я.Киселевым; б) Н.Б.Стамбуловой; г) Г.Б.Горской; г) Г.Д.Горбуновым.

7. Спортивная ориентация – это:

а) формирование спортивного резерва; б) определение наиболее подходящей спортивной специализации для конкретного ребенка или подростка; в) определение наиболее неподходящей спортивной специализации для конкретного ребенка или подростка; в) определение детей, наиболее соответствующих требованиям спортивной специализации; г) отсев детей и подростков из спортивной группы.

8. Справедливая групповая норма отношений и поведения в группе:

а) едина для всех (и ученика, и учителя/ спортсмена и тренера)); не унижает никого; способствует повышению работы группы (класса/спортивной группы); б) обязательна для занимающихся; не унижает никого; способствует повышению работы группы; в) обязательна для занимающихся; не унижает учителя; поддерживает эффективность работы группы; г) едина для всех; не унижает занимающихся; поддерживает эффективность работы группы.

9. В основе психологического сопровождения:

а) психология воздействия; б) психология взаимодействия; в) психология отношений; г) сочетании психологии воздействия и взаимодействия.

10. Характеристики психического состояния:

а) психическое напряжение, эмоциональный тон, особенности поведения; б) психическое напряжение, побудительный тонус, особенности поведения; в) эмоциональный тон, побудительный тонус, особенности поведения; г) психическое напряжение, эмоциональный тон, побудительный тонус.

11. Психотехнические игры и упражнения следует применять в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью:

а) от случая к случаю; б) систематически; в) никогда; г) в зависимости от поставленной задачи.

12. Психологическое сопровождение занимающихся двигательной рекреацией включает;

а) психологическое сопровождение «входа» в рекреационные занятия, создание и поддержание благоприятных психических состояний у занимающихся; б) диагностику мотивов занимающегося и подбор наиболее подходящих форм занятий; в) эффективное общение с занимающимся в ходе индивидуальных и групповых занятий; г) создание комфортной среды для занимающегося.

Критерии оценки:

0 (задание считается не выполненным) – 4 и менее правильных ответов;

5 баллов - 5-6 правильных ответов;

6 баллов – 7-8 правильных ответов;

7 баллов – 9 правильных ответов;

8 баллов – 10 правильных ответов;

9 баллов – 11 правильных ответов;

10 баллов – все (12) правильные(х) ответы (ов)

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ, ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ – примеры для очной и

заочной формы обучения

Ситуационные задачи, кейсы включены в содержание занятий семинарского типа. Ниже представлены некоторые из них как примеры, которые не лимитируют преподавателя включать иные из собственного опыта психологической работы.

(авторские; по Психология физической культуры и спорта [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата по гуманитарным направлениям и специальностям / А. Е. Ловягина [и др.] ; под ред. А. Е. Ловягиной. - Москва : Юрайт, 2017. - 531 с. : ил. - (Бакалавр. Академический курс). - Гриф УМО высш. образования. - Книга доступна в электронной библиотечной системе biblio-online.ru; по Практикум по спортивной психологии [Текст] / Под общ.ред И.П.Волкова.- СПб: Питер, 2002. - 288с.; Стамбулова, Н.Б. Деловые игры по возрастной психопедагогике [Текст] : учебно-метод.пособие / Н.Б.Стамбулова. – СПб.: СПбГАФК, 1998. - 39с.);

Кейс 1 «ВКР». Мария проводила исследование для выпускной квалификационной работы. Она изучала особенности приемов саморегуляции на соревнованиях у стрелков из лука с разным темпераментом. В процессе исследования было установлено, что в зависимости от типа темперамента стрелки используют различные приемы для преодоления трудностей в соревновательных ситуациях: сангвиники используют одни приемы, флегматики — другие и т.п. При сравнении применяемых приемов с результативностью лучников были выявлены наиболее эффективные приемы саморегуляции для сангвиников, флегматиков и холериков. На основании полученных данных Мария разработала рекомендации для стрелков из лука с разным темпераментом по выбору приемов саморегуляции на соревнованиях. Она провела индивидуальные консультации для принимавших участие в обследовании спортсменов по применению приемов саморегуляции на соревнованиях с учетом темперамента. Также Мария изложила рекомендации тренерам.

Вопросы по кейсу 1: Какой предмет и объект исследования выбрала Мария? 2. Какой метод использовала студентка: сравнительный или лонгитюдный? 3. Какие задачи решала Мария в процессе исследования?

Кейс 2 «Леша». С пяти лет Леша начал заниматься хоккеем, тренировался четыре раза в неделю: две тренировки в зале по общефизической подготовке и две — на льду. Когда Леше исполнилось семь лет одновременно с хоккеем он стал заниматься дзюдо. (Родители записали его в секцию дзюдо, чтобы улучшить «растяжку» и координацию для хоккея.) С семи до 10 лет Леша шесть раз в неделю ходил на тренировки по хоккею и три раза в неделю — на дзюдо, а также участвовал в соревнованиях по обоим видам спорта. Потом в семье решили, что Леше стоит оставить хоккей и заниматься только дзюдо, так как в дзюдо он успешно выступал на соревнованиях и его хвалил тренер, а в хоккее в основной состав детской команды его не ставили. С 10 до 13 лет Леша пять раз в неделю тренировался как дзюдоист и два раза в неделю посещал секцию шахмат (куда его записали родители «для общего развития»). Соревнования по дзюдо были почти каждый месяц, а по шахматам — раз в полгода. В 14 лет Леша бросил дзюдо из-за конфликта с тренером и не захотел заниматься шахматами.

Вопросы по кейсу 2: Какими видами физической культуры занимался Леша: спортом, физическим воспитанием или активным отдыхом, когда он ходил в секции хоккея, дзюдо, шахмат? 2. По Вашему мнению, какие трудности были у Леша на занятиях? Какие можно было бы предложить меры для повышения эффективности его физкультурно-спортивной деятельности?

Примеры ситуаций для анализа:

Ситуация 1. На уроке по физической культуре в 7 классе две подружки отказались участвовать в эстафете в разных командах, заявив, что хотят быть только в одной. Но в этом

случае команды получались неодинаковыми по «силе». Учитель пригрозил поставить «2», одна из подружек предложила встать в разные команды, но другая –не согласилась.

Ситуация 2. В спортивном лагере комнаты были на 3 человека, команда девочек-волейболисток подросткового возраста должна была спокойно разместиться в четырех комнатах, но одна из спортсменок рассорилась с двумя девочками, с которыми должна была делить комнату

Ситуация 3. Два «пляжника» старшего школьного возраста в силу обстоятельств встали в команду для участия в международных юношеских соревнованиях. Спортсмены очень разные по психической организации: выраженный интроверт и выраженный экстраверт. Конфликтуют в отношении поведения и эмоциональной реакции друг друга входе соревнований, однако, понимают, что играть им вместе, оба хотят быть в призерах на данных соревнованиях.

Ситуация 4. На уроке физической культуры на улице при выполнении команды «бег спиной вперед» пятиклассник упал и был отправлен школьным врачом в травмпункт с подозрением на перелом. Из травмпункта ребенка отправили в детскую больницу, где установили, что у него закрытый перелом лучезапястной кости левой руки. Родители мальчика обратились к администрации школы с претензией по поводу деятельности учителя физической культуры и заявлением, что скажут все как есть (т.е. у школы ухудшатся показатели безопасности), т.к. это уже второй перелом у их ребенка за этот год, который тоже был получен на уроке физической культуре.

Ситуация 5. По правилам фитнес-клуба посещение бассейна возможно только с резиновой шапочкой. Дежурный инструктор корректно напоминает об этом занимающимся, которых видит без нее. Предусмотрен запас – несколько шапочек, которые он может дать на время пользования бассейна. Мужчина примерно 50 –ти лет категорически отказывается ее надевать и покинуть водный комплекс. Его главный аргумент: «У меня vip-карта».

Показатели и критерии оценивания компетенций формируются на этапе освоения дисциплины в соответствии с Положением о текущем и рубежном контролях успеваемости и промежуточной аттестации студентов НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.

Процедуры и шкалы оценивания при использовании балльно-рейтинговой системы контроля обучающихся:

Оценка результатов рубежного контроля в не тестовой форме

Баллы	0	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Оценка	2	3-	3	3+	4-	4	4+	5-	5	5+

Оценка результатов промежуточного контроля (экзамен)

Баллы	0	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Оценка	2	3-	3	3+	4-	4	4+	5-	5	5+

Форма проведения промежуточной аттестации: экзамен

Вопросы для промежуточной аттестации:

1. Психология ФКиС – прикладная отрасль психологического знания. Ее связь с др.отраслями научного знания.
2. Основные вехи в развитии психологии физической культуры и спорта в России и за рубежом.
3. Цель, предмет и объект исследования в психологии ФКиС.
4. Методы исследования в психологии ФКиС.
5. Психологическая характеристика физического воспитания.
6. Психологическая характеристика спорта (массового, спорта высших достижений и профессионального спорта).
7. Психологическая характеристика двигательной рекреации.
8. Психологическая структура деятельности (А.Н.Леонтьев).
9. Экстремальность спортивной деятельности.
10. Проблематика научных психологических исследований в физической культуре и спорте.
11. Влияние индивидуально-типологических особенностей (типа нервной системы и темперамента) занимающихся на успешность физкультурно-спортивной деятельности.
12. Человек как индивид, субъект, личность и индивидуальность (по Б.Г.Ананьеву).
13. Влияние занятий физическим воспитанием, спортом и двигательной рекреацией на развитие человека как субъекта, личности и индивидуальности.
14. Возраст в узком и широком смысле.
15. Проблема возрастной периодизации.
16. Закономерности психического развития.
17. Факторы психического развития.
18. Кризисная концепция возрастного развития Л.С.Выготского.
19. Социальная ситуация развития и ведущая деятельность.
20. Психические новообразования. Привести примеры
21. Что понимается под задачами развития (по П.Балтесу)? Привести примеры.
22. Задачи развития в дошкольном возрасте.
23. Возрастные психологические особенности детей дошкольного возраста и их учет в процессе занятий физической культурой и спортом.
24. Задачи развития в младшем школьном возрасте.
25. Возрастные психологические особенности детей младшего школьного возраста и их учет в процессе занятий физической культурой и спортом.
26. Задачи развития в подростковом возрасте.
27. Возрастные психологические особенности подростков и их учет в процессе занятий физической культурой и спортом.
28. Задачи развития в старшем школьном возрасте (ранней юности).
29. Возрастные психологические особенности детей старшего школьного возраста и их учет в процессе занятий физической культурой и спортом.
30. Задачи развития в период взрослости.
31. Учет возрастных психологических особенностей взрослых и их учет в процессе занятий физической культурой и спортом.
32. Задачи развития в период взрослости.
33. Учет возрастных психологических особенностей взрослых и их учет в процессе занятий физической культурой и спортом.
34. Задачи развития в пожилом возрасте.
35. Учет возрастных психологических особенностей лиц пожилого возраста и их учет в процессе занятий физической культурой и спортом.
36. Половой диморфизм в спорте.

37. Проявления гендерных стереотипов при занятиях физической культурой и спортом.
38. Перцептивная сторона общения при взаимодействии с занимающимися физической культурой и спортом. Привести примеры.
39. Психологические особенности установления контакта.
40. Рациональное использование вербальных и невербальных средств общения при взаимодействии с занимающимися физической культурой и спортом.
41. «Барьеры» непонимания. Аргументация: принципы, правила, методы и приемы.
42. Ролевые позиции в общении. Согласованное общение и общение «на равных».
43. Неприемлемые виды (уровни) общения с занимающимися физической культурой и спортом.
44. Техники (приемы) активного слушания.
45. Критерии эффективного общения.
46. Понятие о конфликтной ситуации и конфликте.
47. Источники и виды конфликтов.
48. Конструктивные и деструктивные конфликты.
49. Приемы разрешения конфликтов, условия их применения.
50. Общие (классические) психологические рекомендации по общению с занимающимися физкультурно-спортивной деятельностью.
51. Класс, спортивная группа/ команда как малая социальная группа.
52. Построение взаимоотношений в системе «учитель ФВ-ученик/класс» («тренер-спортсмен»; «тренер-спортсмен-родители спортсмена»; «инструктор – клиент»; по выбору преподавателя)
53. Понятие о психологической помощи занимающимся физической культурой и спортом.
54. Типичные психологические трудности занимающихся в рамках физического воспитания, спорта и двигательной рекреации.
55. Понятие о психологическом обеспечении и психологическом сопровождении.
56. Принципы и условия психологического сопровождения физического воспитания, спорта и двигательной рекреации.
57. Основы психодиагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом: понятие, требования, привести примеры методик.
58. Спортивная ориентация и отбор: психологический аспект.
59. «Пакет» психодиагностических методик для проведения первичного и базового психологического отбора с учетом требований вида спорта.
60. Методики диагностики психических состояний занимающихся. Принципы их выбора
61. Показатели оптимальности состояния спортсмена для предстоящего соревнования.
62. Экспресс- методики диагностики предстартового состояния спортсмена.
63. Проблема мотивации занимающихся в процессе уроков физической культуры.
64. Мотивация как детерминанта спортивного успеха.
65. Динамика мотивации на разных этапах спортивной подготовки (спортивной карьеры).
66. Внешняя и внутренняя мотивация при занятиях спортом.
67. Мотивы занятий двигательной рекреацией.
68. Методики диагностики мотивационной сферы личности спортсмена.
69. Методики диагностики волевой сферы личности спортсмена.
70. Общие рекомендации по формированию, поддержанию и коррекции мотивации у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью, прежде всего у спортсмена.

71. Спортивно-важные (профессионально-важные) психические свойства как детерминанта спортивного успеха.
72. Система психологического обеспечения спортивной подготовки Г.Д.Горбунова.
73. Концепция психологического сопровождения спортивной карьеры Н.Б.Самбуловой.
74. Психопрофилактика и психокоррекция возникновения и развития неблагоприятных психических состояний занимающихся.
75. Психопрофилактика и психокоррекция возникновения и развития конфликтов в разных системах взаимодействия в процессе занятий (физическим воспитанием, спортом и двигательной рекреацией; по выбору преподавателя).
76. Общие рекомендации по саморегуляции неблагоприятных психических состояний у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью.
77. Общие рекомендации по оптимизации самооценки, повышению уверенности в себе у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью.
78. Общие рекомендации по формированию и поддержанию благоприятного социально-психологического климата в группе (классе, спортивной группе/команде).
79. Психологические условия повышения эффективности учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию в общеобразовательной школе.
80. Психологические условия повышения эффективности учебно-тренировочного и соревновательного процесса.
81. Психологические условия повышения эффективности занятий двигательной рекреацией.
82. «Универсальные» психологические приемы в деятельности тренера.
83. Психотехнические игры и упражнения: понятие, требования, условия проведения.
84. Психотехнические игры и упражнения при работе с учащимися на уроке по физической культуре.
85. Психотехнические игры и упражнения при работе со спортсменами.

Методические указания для студентов по выполнению самостоятельной работы

Самостоятельная работа студентов является важнейшей составной частью процесса обучения. Целью самостоятельной работы студентов является закрепление тех знаний, которые они получили на аудиторных занятиях, а также способствовать развитию у студентов творческих навыков, инициативы, умению организовать свое время.

Настоящие методические указания позволят студентам овладеть фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю подготовки, опытом творческой и исследовательской деятельности и направлены на формирование компетенций, предусмотренных учебным планом по данному профилю.

Методические указания по подготовке к занятиям семинарского типа

Одной из важных форм самостоятельной работы является подготовка к занятию. Ряд занятий построен сугубо на подготовительной работе студентов и представлении ими текущих контролей (ТК3, 4, 5 – очная форма; ТК 2, 3 – заочная форма).

При подготовке к занятиям студент:

1. Ориентируется на тему или задание, которую (ое) преподаватель сообщает на последнем занятии
2. Продумывает, как можно данную тему представить, какие, возможно, у него есть вопросы или уязвимые моменты, чтобы разобраться совместно в группе.
3. Прорабатывает материал в рекомендуемой литературе, включая периодические издания.
4. Репетиция проведения моделируемой ситуации – желательна.

Для ТК5 (очная форма) и ТК3 (заочная форма) предлагается вариант предоставления студентами записи проведения психотехнической игры и упражнения. Целесообразно обратить внимание, что важно не качество записи, а качество проведения в соответствии с инструкцией.

Методические указания по подготовке к текущим контролям в формате опроса

Выполнение ТК 1, 2 - очная форма и ТК1- заочная форма подразумевает письменный опрос, кафедральный рубежный контроль - очная форма - устный опрос.

При подготовке обратитесь к лекциям по теме, а также рекомендуемой литературе.

При выполнении ТК – внимательно слушайте инструкцию; если что-то непонятно – задайте вопросы. В самом раздаточном материале – отвечать не нужно (подчеркивать и пр.), отвечаем на отдельном листе.

Выполнение рубежного кафедрального контроля (очная форма) является традиционным по психологическим дисциплинам. Инструкция: «Каждый участник возьмет карточку с 3 вопросами. Всего три- четыре варианта. Вам следует или закончить предложение или кратко сформулировать требуемое. Время для подготовки -10-15 мин. Ориентируйтесь на собственные знания. Одинаковые ответы оцениваться не будут.»

Методические указания по подготовке к рубежному контролю (тестированию)

Для очной формы рубежный контроль УМУ предполагает стандартную процедуру. Форма контроля – тестирование.

Инструкция: «Тест-билет включает в себя 12 вопросов по трем темам: «Предмет психологии ФКиС», «Возрастно-половые и социально-психологические аспекты физического воспитания, спорта и двигательной рекреации», «Основы психологического сопровождения физического воспитания, спорта, двигательной рекреации».

По каждому вопросу предлагается четыре варианта ответа, лишь один из которых является правильным.

По каждому блоку вопросов необходимо правильно выполнить как минимум два задания, что соответствует минимальному количеству баллов - 5. **Имейте в виду, что вопросы компьютер предлагает вразбой!** Дополнительный балл начисляется при

условии выполнения вышеуказанного показателя следующим образом: к минимальному баллу прибавляется 1 балл – за 10% правильных ответов, 2 балла – за 20%, 3 балла – за 30%, 4 балла – за 40% и 5 баллов – за 50% правильных ответов, т.е. за безукоризненное решение всего тест-билета.

Имейте в виду, что вы, например, можете правильно решить все задания из двух блоков (разделов) и одно задание из третьего, т.е. дать 9 правильных ответов из 12, но это будет только 0 (ноль) баллов.

Для заочной формы обучения рубежный кафедральный контроль предлагается в форме тестирования.

Инструкция: «Перед Вами тест из 12 заданий. По каждому заданию – четыре варианта ответа, один из которых правильный. В раздаточном материале ничего не отмечайте, укажите букву правильного варианта ответа – на бланке».

Вместо раздаточного материала уместно вывести задания на экран.

Методические рекомендации по подготовке контрольной работы

Тема контрольной работы выбирается студентом самостоятельно из предлагаемого кафедрой перечня с учетом собственных интересов и возможностей. Контрольная работа выполняется на основе теоретического анализа и обобщения данных научно-методической литературы, но при этом целесообразно включить уместные теме иллюстрации из собственного опыта.

Данный вид самостоятельной работы для студентов заочной формы обучения является **обязательным**.

Для ее выполнения студентам следует:

- 1) Выбрать и согласовать с преподавателем одну из тем для представления:

Основные темы контрольной работы:

«Феномен негативных переживаний спортсмена»;

«Психологическая защита спортсмена»;

«Состояние уверенности в спорте»;

«Психология боли/травмы»;

«Преодоление в спорте»;

«Психологические проблемы в спорте»

Преподаватель вправе предложить дополнительные темы или детализировать данные (например, «Преодоление критических/ кризисных ситуаций в спорте»)

Инструкция студентам: «Для выполнения данной контрольной работы Вам следует решить следующие задачи: дать описание «феномена переживаний / психологической защиты/уверенности/ травмы/преодоления » с точки зрения различных психологических концепциях, проанализировать структурно-динамическую характеристику выбранного понятия(феномена)», обосновать детерминанты негативных переживаний/ отрицательных воздействий психологической защиты на спортивный результат/ спортсменов, разработать рекомендации работы с негативными переживаниями спортсменов/ выраженной психологической защитой/ неуверенностью/отношением к травме/неконструктивными способами преодоления с целью психологической подготовки их к ответственным соревнованиям (пять-десять рекомендаций), основываясь как на собственном опыте, так и на основную литературу, в частности, на следующую литературу:

Контрольная работа выполняется студентами в сроки, оговоренные с преподавателем. Темы контрольной работы могут варьироваться в рамках учебной программы. Примерные темы представлены в данной программе.

Оформление в рукописном или печатном варианте на листах формата А 4: шрифт - Times New Roman, кегль – 14, интервал – 1,5, поля: левое – 3 см, правое – 1,5, верхнее – 2, нижнее – 2 см. Объем контрольной работы составляет 10 – 20 страниц машинописного текста в редакторе Times New Roman, через 1 интервал, 14 шрифтом.

Структура контрольной работы должна соответствовать стандартным требованиям, предъявляемым к письменным работам: введение, обоснование выбора темы, изложение темы, заключение, список используемой литературы представляется в конце работы. Контрольная работа может быть изложена студентом в виде доклада на кафедре или на занятии в учебной группе. Контрольная работа представляется до промежуточного контроля (экзамен).

Структура и содержание контрольной работы:

Оглавление.

1. Введение. Актуальность, теоретическая и практическая значимость работы.

2. Цель и задачи работы.

3. Литературный обзор проблемы. Описание различных точек зрения на проблему.

Критический анализ темы.

4. Формулирование собственного взгляда на рассматриваемую проблему.

5. Выводы.

6. Практическая значимость.

7. Список литературных источников.

8 Приложение.

А. Титульный лист. На титульном листе контрольной работы указывается: название вуза, дисциплина, по которой написана контрольная работа (Контрольная работа по «Психология физической культуры»), тема контрольной работы, ФИО студента, факультет, курс, группа, шифр зачётной книжки, ФИО преподавателя, который будет проверять работу, учёная степень и ученое звание преподавателя.

Б. Оглавление:

1. Введение. Актуальность, теоретическая и практическая значимость работы.

2. Цель и задачи работы.

3. Литературный обзор проблемы. Описание различных точек зрения на проблему.

Критический анализ темы.

4. Формулирование собственного взгляда на рассматриваемую проблему.

5. Выводы.

6. Практическая значимость.

7. Список литературных источников.

8 Приложение.

В. Теоретическая часть. Теоретическая часть содержит анализ литературы по теме контрольной работы. Главная цель теоретической главы – раскрыть суть изучаемого феномена, которому посвящена тема вашей контрольной работы.

Г. Практическая часть. Практическая часть контрольной работы содержит описание хода и результатов эмпирического исследования (если предусмотрено)

Д. Выводы. Контрольная работа должна содержать выводы, как по практической части, так и по теоретической частям. Если возможно, в выводах также формулируются практические рекомендации для испытуемых.

Е. Библиографический список. Список используемой литературы должен включать не менее 5 источников. Обратите внимание на правила оформления библиографического списка. Ошибки в оформлении списка литературы являются серьёзным недочётом всей контрольной работы.

Ж. Приложения. В приложения в конце контрольной работы выносятся объёмный экспериментальный материал, большие таблицы и расчёты, а также обязательно прилагаются бланки ответов испытуемых – при необходимости

Литература:

1. Волкова, Т.Г. Практикум по психологии самосознания и саморегуляции. Методические материалы / Т.Г. Волкова; сост. И.А. Мананникова. - М.: Директ-Медиа, 2013. - 62 с. – ISBN 978-5-4458-2241-7; [Электронный ресурс]. – URL:

<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=137240>.

2. Гиссен, Л.Д. Психология и психогигиена в спорте / Л.Д. Гиссен. - 2-е изд., стереот. - М.: Советский спорт, 2010. - 159 с. - (Атланты спортивной науки). - ISBN 978-5-9718-0466-6; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210374>.

3. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта: учебное пособие / Г.Д. Горбунов. - 4-е изд., испр. и доп. - М.: Советский спорт, 2012. - 312 с. - ISBN 978-5-9718-0572-4; То же [Электронный ресурс]. - URL:

<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210420>.

4. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте / под ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. - М.: Институт психологии РАН, 2011. - 512 с. - (Психология социальных явлений). - ISBN 978-5-9270-0222-1; То же [Электронный ресурс]. - URL:

<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=86285>.

5. Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. 2-е издание. – учебное пособие – СПб.: Питер, 2012. – 256 с.: ил.

«Феномен негативных переживаний спортсмена».

Инструкция студентам: «Для выполнения данной контрольной работы Вам следует решить следующие задачи: дать описание «феномена переживаний» с точки зрения различных психологических концепциях, проанализировать структурно-динамическую характеристику «феномена переживания спортсмена», обосновать детерминанты негативных переживаний спортсменов, разработать рекомендации работы с негативными переживаниями спортсменов с целью психологической подготовки их к ответственным соревнованиям (пять-десять рекомендаций), основываясь как на собственном опыте, так и на основную литературу, в частности, на следующую литературу:

1. Алексеев, А. В. Себя преодолеть / А.В.Алексеев. — М.: ФиС, 1985. — 192 с.

2. Василюк, Ф. Е. Типология переживания различных критических ситуаций Ф.Е.Василюк // Психологический журнал. - 1995. - Т.16. № 5.

3. Гиссен, Л.Д. Время стрессов. Обоснование и практические результаты психопрофилактической работы в спортивных командах / Л.Д.Гиссен. —М.: Физкультура и спорт, 1990.

4. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта / Г. Д. Горбунов. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. Издательство «Советский спорт», 2006 (2014). – 296с.

5. Дикая, Л.Г. Психическая саморегуляция функционального состояния человека / Л.Г.Дикая. - М.: Институт психологии РАН, 2003.

6. Динейка, К.В. 10 уроков психофизической тренировки / К.В.Динейка. — М.: Физкультура и спорт, 1987.

7. Зимбардо, Ф. Социальное влияние / Ф.Зимбардо, М. Ляйппе. - СПб, 2000.

8. Китаев-Смык, Л.А. Психология стресса / Л.А. Китаев-Смык. — М.: Наука, 1983.

9. Куликов, Л.В. Психология настроения / Л.В.Куликов. – СПб.: Изд-во С.-Петербургского университета, 1997. - 228 с.

10. Магомед-Эминов, М. Ш., Феномен экстремальности / М. Ш. Магомед-Эминов. - 2-е изд. - М.: Психоаналитическая Ассоциация, 2008. - 218 с.

11. Фахрутдинова, Л.Р. Теория переживания / Л.Р. Фахрутдинова. - Казань: Изд-во Казан. гос. ун-та, 2009.

13. Некрасов, В. П. Психорегуляция в подготовке спортсменов / В.П.Некрасов. — М.: ФиС, 1985. — 132 с.

«Психологическая защита спортсмена».

Инструкция студентам: «Для выполнения данной контрольной работы Вам следует решить следующие задачи: дать описание «феномена психологической защиты» с точки зрения различных психологических концепций, проанализировать виды психологической защиты и разработать рекомендации по устранению отрицательных воздействий психологической защиты на спортивный результат с целью психологической подготовки их к ответственным соревнованиям (пять-десять рекомендаций), основываясь как на собственном опыте, так и на основную литературу, в частности, на следующую литературу:

1. Бассин, Ф.В. О силе «Я» и психологической защите / Ф.В. Бассин // Вопросы философии. - 1969. - № 2. - С. 118 - 125.
2. Бурно, М.Е. О защитно-психологической структуре гипноза / М.Е.Бурно, В.Е. Рожнов // Журнал. невропат. и психиатр. им. С.С. Корсакова. - 1976. - №9. - С.1406-1408.
3. Грановская, Р.М. Психологическая защита у детей / Р.М.Грановская, И.М.Никольская. - СПб.: Речь, 2000. - 507с.
4. Доценко, Е.Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита / Е.Л.Доценко. -
5. Журбин, В.И. Понятие психологической защиты в концепциях З. Фрейда и К.Роджерса / В.И. Журбин // Вопросы психологии. - 1990. - №4. - С. 14 - 23.
6. Киршбаум, Э.И. Психологическая защита / Э.И.Киршбаум, А.И. Еремеева. – 3-е изд. – М.: Смысл, СПб.: Питер, 2005. – 176с.
7. Креч, Д. Фрустрация, конфликт, защита / Д. Креч, Р. Кратчфилд, Н. Ливсон // Вопросы психологии. – 1991. - №6.
8. Романова, Е. С. Механизмы психологической защиты. Генезис, Функционирование / Е.С.Романова, Л.Р.Гребенькова. - Мытищи: Издательство «Талант», 1990. – 144 с.

«Состояние уверенности в спорте».

Инструкция студентам: «Для выполнения данной контрольной работы Вам следует решить следующие задачи: дать описание «проблемы уверенности» в психологии и спортивной психологии, проанализировать причины, характеристики, показатели и параметры (процессуальные, ситуативные и личностные) неуверенного поведения спортсмена и разработать рекомендации по формированию уверенного поведения спортсмена с целью психологической подготовки их к ответственным соревнованиям (пять-десять рекомендаций), основываясь как на собственном опыте, так и на основную литературу, в частности, на следующую литературу:

1. Альберти, Р.Э. Самоутверждающее поведение / Р.Э.Альберти, Л.Эммонс /Пер. с англ. М.В. Горшкова – СПб.: «Академический проект», 1998 – 190с.
2. Вайнер, И. В. Субъективная уверенность как фактор решения психофизической задачи / И.В.Вайнер // Психология труда в условиях проблемных ситуаций: Межвузовский сборник научных трудов. – Саратов: Изд-во Саратов. ун-та, 1996. - С.185 - 191.
3. Зиновьева, И. Л. Влияние уверенности на организацию мыслительной деятельности: Дис. ... канд. психол. наук / И.Л.Зиновьева. – М.: ИП РАН, 1989.
4. Ромек, В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях / В. Г. Ромек. – СПб.: Речь, 2003.
5. Ромек, В.Г.. Психологические особенности уверенной в себе личности / В. Г. Ромек // Социальная психология личности в вопросах и ответах: Учеб. пособие / Под ред. проф. В.А. Лабунской. М.: Гардарики, 2000. — С.207-225 — ISBN 5-8297-0123-6
6. Ромек, В.Г. Понятие уверенности в себе в современной социальной психологии / В. Г. Ромек // Психологический вестник Ростовского государственного университета, Выпуск 1, Часть 2, Изд-во РГУ, 1996, с.132-146.
7. Смит, М. Как научиться говорить «нет» / М.Смит; Пер. с англ. – СПб.: ИК «Комплект», 1996.-3 15с.

8. Скотникова, И.Г. Проблема уверенности: история и современное состояние / И.Г.Скотникова // Психологический журнал. – 2002. – № 1. – С. 52 - 60.

«Психология боли/травмы»

1. Довжик, Л.М. Спортивная травма как жизненное событие : автореф. ...дисс. канд.психол.наук; Довжик Лидия Михайловна; ИП РАН. – М., 2018. – 24с.

2. Журавлев, А.Л. Крюкова, Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни [Текст] / Т.Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. – 296 с.

3. Крюкова, Т.Л. Совладающее поведение: Современное состояние и перспективы [Текст] / А.Л. Журавлев, Т.Л. Крюкова, Е.А. Сергиенко. – М.: Институт психологии РАН, 2008. – 57 с.

«Психологические проблемы в спорте»

1. Методика психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями: пособие для врачей и мед. психологов [Текст] / Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев, Е.Р. Исаева, Е.А. Трифонова, О.Ю. Щелкова, М.Ю. Новожилова, А.Я.Вукс. - СПб.: НИПНИ им. В.М.Бехтерева, 2009. – 38 с.

2. Мильман, В.Э. Стресс и тревога в спорте [Текст] / В.Э. Мильман. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 288 с.

3. Сопов, В.Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте [Текст] / В.Ф. Сопов. – М.: Кафедра психологии РГУФКСиТ., 2010. – 120 с.

4. Стамбулова, Н. Б. Психология спортивной карьеры [Текст] / Н.Б. Стамбулова. – СПб.: Центр карьеры, 1999. – 367 с.

5. Стресс и тревога в спорте: Международный сб. научных статей [Текст] / Сост. Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983, – 288 с.

6. Уэйнберг, Р., Гоулд, Д. Основы психологии спорта и физической культуры [Текст] / Р. Уэйнберг, Д. Гоулд. – К.: Олимпийская литература, 1998. – 334 с.

Критерии оценивания:

30 баллов – за интересную, с сильной практической частью, хорошим анализом эмпирического материала реферативную работу и с выводами;

29 баллов – за интересную, с сильной практической частью и хорошим анализом эмпирического материала реферативную работу, но без выводов;

28 баллов – за интересную, с сильной практической частью, с анализом эмпирического материала и с выводами;

27 баллов – за интересную, с сильной практической частью, с анализом эмпирического материала, но без выводов;

26 баллов – за интересную реферативную работу с сильной практической частью, без анализа эмпирического материала и без выводов;

25 баллов – за интересную, со слабой практической частью и анализом эмпирического материала реферативную работу;

24 балла – за интересную, со слабой практической частью, с анализом эмпирического материала, но без выводов;

23 балла – за интересную, со слабой практической частью, с анализом эмпирического материала, но без выводов;

22 балла – за интересную со слабой практической частью, без анализа эмпирического материала и без выводов;

21 балл – за интересную, со слабой практической частью и без анализа эмпирического материала реферативную работу;

20 баллов – за ранее уже разработанную тему, но с сильной практической частью и хорошим анализом эмпирического материала реферативную работу;

19 баллов – за ранее уже разработанную тему, со слабой практической частью и анализом эмпирического материала реферативную работу;

18 баллов – за ранее уже разработанную тему, со слабой практической частью, но без анализа эмпирического;

17 баллов - ставится за слабую, поверхностную работу, но с сильной практической частью и анализом эмпирического материала;

16 баллов – ставится за слабую, поверхностную работу, с практической частью, но без анализа эмпирического материала;

15 баллов – ставится за слабую, поверхностную работу, без проработки практической части.

На усмотрение автора в контрольной работе могут быть разработаны отдельные тематические главы, параграфы, в которых анализируется соответствующая литература. При этом каждая глава должна содержать область выводов и переходный (логический) мостик к следующей главе. А общие выводы в конце работы являются суммой выводов отдельных глав.