

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

## **РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИН (МОДУЛЕЙ)**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

### **44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы:  
**Психология спорта**

Квалификация:  
**Бакалавр**

Форма обучения:  
**Очная**

Санкт-Петербург 2023

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

**Кафедра анатомии**

Рабочая программа дисциплины

**АНАТОМИЯ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения (1,2 семестры). Вид промежуточной аттестации: зачет с оценкой в 1 семестре, **во** 2 семестре - экзамен.

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8 «Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний»

### 2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-8	<p>ОПК - 8.1 <b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p>ОПК- 8.2 <b>Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p>ОПК- 8.3 <b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>	<p><b>Знает</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры				
		1	2	3	4	5
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	124	56	68			
В том числе:						
Занятия лекционного типа	20	10	10			
Занятия семинарского типа (практические занятия)	80	40	40			
Контроль (зачет с оценкой, экзамен)	24	6	18			
Самостоятельная работа студента	92	52	40			
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>216</b>	<b>108</b>	<b>108</b>		
	<b>зачетные единицы</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>		

**4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**  
**4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ**

№	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Анатомия систем исполнения движений	Уровни организации живого организма. Периоды онтогенеза. Закономерности физического развития. Опорно-двигательный аппарат. Динамическая анатомия.	<p><b>Знает</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>
2	Анатомия систем обеспечения и регуляции жизнедеятельности	Внутренние органы. Сердечно-сосудистая и лимфоидная системы. Нервная система. Эндокринный аппарат. Основы антропометрии. Физическое развитие.	<p><b>Знает</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и</p>

		ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.
--	--	--

**4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ**  
**ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 1 СЕМЕСТР**  
**ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ**

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	ЛЕКЦИЯ № 1. Введение в предмет. Общая остеология. Содержание анатомии. Скелет, его функции. Классификация костей. Строение кости как органа. Химический состав и физические свойства костей. Развитие и рост костей. Возрастные особенности костей. Адаптация костей к физическим нагрузкам	2
1	ЛЕКЦИЯ № 2. Общая синдесмология. Виды соединений костей. Основные и вспомогательные элементы суставов. Биомеханика суставов. Факторы, определяющие подвижность суставов. Классификация суставов. Возрастные особенности соединений костей. Возрастные особенности подвижности суставов. Адаптация суставов к физическим нагрузкам	2
1	ЛЕКЦИЯ № 3. Общая миология. Строение мышечного волокна. Части и формы мышц. Механизм мышечного сокращения. Строение мышцы как органа. Вспомогательные элементы мышц. Классификация мышц. Возрастные особенности мышц. Развитие двигательных качеств.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 4. Функциональная миология. Синергизм и антагонизм мышц. Сила мышц. Виды работы мышц. Направление тяги мышц. Виды рычагов в соединении звеньев тела. Адаптация мышц к физическим нагрузкам.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 5. Общие вопросы анатомического анализа положений и движений спортсмена. Характеристика внешних и внутренних сил. Понятие об общем центре тяжести и площади опоры. Виды равновесия тела. Характеристика степени устойчивости тела. Общая классификация движений.	2

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ**

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Занятие №1. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Скелет туловища. Позвоночный столб: шейные, грудные, поясничные позвонки; крестец. Грудная клетка: грудина, ребра.	2
1	Занятие № 2. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Скелет черепа. Кости мозгового и лицевого черепа. Череп в целом. Наружное и внутреннее основание черепа.	2
1	Занятие № 3. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Скелет верхней конечности. Ключица. Лопатка. Плечевая кость. Локтевая кость. Лучевая кость. Кости запястья. Кости пясти. Кости пальцев кисти.	2
1	Занятие № 4. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Скелет нижней конечности. Тазовая кость. Бедренная кость. Большеберцовая кость. Малоберцовая кость. Кости предплюсны. Кости плюсны. Кости пальцев стопы.	2
1	Занятие № 5. Текущий контроль по остеологии (5/10)	2
1	Занятие № 6. Соединения костей туловища и черепа.	2

	Соединения позвонков. Соединение позвоночника с черепом. Соединения ребер с позвоночником и грудиной. Соединения костей черепа.	
1	Занятие № 7. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Соединения костей верхней конечности. Грудино-ключичный сустав. Акромиально-ключичный сустав. Плечевой сустав. Локтевой сустав. Соединения костей предплечья. Лучезапястный сустав. Суставы кисти.	2
1	Занятие № 8. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Соединения костей нижней конечности. Крестцово-подвздошный сустав. Тазобедренный сустав. Коленный сустав. Соединения костей голени. Голеностопный сустав. Суставы стопы.	2
1	Занятие № 9. Текущий контроль по синдесмологии (4/10).	2
1	Занятие № 10. Мышцы головы и шеи. Мышцы лица. Жевательные мышцы. Мышцы шеи. Функциональная характеристика мышц головы и шеи.	2
1	Занятие № 11. Изучение и закрепление нового материала. * Мышцы туловища. Мышцы спины. Мышцы груди. Мышцы живота. Мышцы тазового дна. Дыхательные мышцы. Функциональная характеристика мышц туловища.	2
1	Занятие № 12. Текущий контроль по мышцам туловища, головы и шеи (4/10).	2
1	Занятие № 13. Мышцы пояса верхней конечности. Мышцы, обеспечивающие движения в грудино-ключичном суставе.	2
1	Занятие № 14. Изучение и закрепление нового материала*. Мышцы плеча. Мышцы, обеспечивающие движения в плечевом суставе.	2
1	Занятие № 15. Изучение и закрепление нового материала*. Мышцы предплечья и кисти. Мышцы, обеспечивающие движения в локтевом и лучезапястном суставах. Мышцы, обеспечивающие движения пальцев.	2
1	Занятие № 16. <i>Изучение и закрепление нового материала</i> *. Мышцы таза и бедра. Мышцы пояса нижних конечностей. Мышцы бедра. Мышцы, обеспечивающие движения в тазобедренном суставе.	2
1	Занятие № 17. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Мышцы голени и стопы. Мышцы голени. Мышцы стопы. Мышцы, обеспечивающие движения в коленном суставе. Мышцы, обеспечивающие движения стопы и пальцев.	2
1	Занятие № 18. Текущий контроль по мышцам конечностей (4/10).	2
1	Занятие № 19. Анатомический анализ статических положений. Анатомический анализ техники движений в избранном виде спорта. Анатомический анализ техники выполнения упражнения из избранного вида спорта по выбору студента.	2
1	Занятие № 20. Текущий контроль по анатомическому анализу положений и движений тела спортсмена (4/10).	2

\* - занятия в интерактивной форме

## **ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 2 СЕМЕСТР**

### **ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ**

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
2	Лекция № 1. Общие вопросы строения внутренних органов. Функциональное значение внутренних органов. Общие принципы строения полых и паренхиматозных органов. Строение стенки полых органов. Структурно-функциональные единицы.	2
2	Лекция № 2. Общие вопросы строения сердечно-сосудистой системы. Строение артерий, вен, капилляров. Строение сердца. Круги кровообращения.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 3. Общие вопросы строения нервной системы. Нервная ткань. Рефлекс, рефлексорная дуга. Центральная нервная система. Спинной мозг, отделы. Оболочки спинного мозга.	2

3	ЛЕКЦИЯ № 4. Головной мозг. Отделы головного мозга. Ствол мозга. Конечный мозг. Кортикальные центры. Двигательные и чувствительные проводящие пути. Оболочки головного мозга.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 5. Периферическая нервная система. Черепные нервы. Спинномозговые нервы, их ветви. Нервные сплетения, их ветви и области иннервации. Черепные нервы.	2

### **ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ**

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
2	Занятие №1. <i>Изучение и закрепление нового материала*</i> Пищеварительная система. Полость рта. Зубы. Слюнные железы. Глотка. Лимфоэпителиальное кольцо. Пищевод. Желудок. Тонкая и толстая кишка. Печень и поджелудочная железа.	2
2	Занятие №2. <i>Изучение и закрепление нового материала*</i> Дыхательная система. Полость носа. Гортань. Трахея. Бронхи. Легкие. Плевра.	2
2	Занятие № 3. <i>Изучение и закрепление нового материала*</i> . Мочевая и половая системы. Почки. Фиксирующий аппарат почек. Мочеточник. Мочевой пузырь. Мочеиспускательный канал. Внутренние женские половые органы. Внутренние мужские половые органы.	2
2	Занятие № 4. Текущий контроль по внутренним органам (5/10).	2
2	Занятие № 5. Сердце. Ветви восходящей части аорты. Камеры сердца. Строение сердечной стенки. Клапанный аппарат сердца. Проводящая система сердца. Перикард. Аорта, ее отделы.	2
2	Занятие № 6. Ветви дуги аорты. Аорта, ее отделы. Ветви дуги аорты. Артериальный круг мозга. Подключичная артерия, ее ветви. Артерии верхней конечности.	2
2	Занятие № 7. <i>Изучение и закрепление нового материала. *</i> Ветви нисходящей части аорты. Грудная аорта, ее ветви. Брюшная аорта, ее ветви. Артерии таза. Артерии нижней конечности.	2
2	Занятие № 8. <i>Изучение и закрепление нового материала. *</i> Венозная система. Система верхней полой вены, ее притоки. Система нижней полой вены, ее притоки. Система воротной вены, ее притоки, функциональное значение.	2
2	Занятие № 9. Текущий контроль по сердечнососудистой и иммунной системе (4/10).	2
2	Занятие № 10. Спинной мозг. Ствол мозга. Спинной мозг, топография и строение. Сегмент спинного мозга. Продолговатый, задний, средний и промежуточный мозг.	2
2	Занятие № 11. <i>Изучение и закрепление нового материала. *</i> Конечный мозг. Полушария конечного мозга. Рельеф коры больших полушарий. Локализация функций в коре больших полушарий.	2
3	Занятие № 12. <i>Изучение и закрепление нового материала. *</i> Проводящие пути центральной нервной системы. Классификация проводящих путей центральной нервной системы. Восходящие проводящие пути. Нисходящие проводящие пути.	2
2	Занятие № 13. Текущий контроль по центральной нервной системе и проводящим путям головного и спинного мозга (4/10).	2
2	Занятие № 14. <i>Изучение и закрепление нового материала. *</i> Черепные нервы. Чувствительные, двигательные и смешанные черепные нервы.	2
2	Занятие № 15. <i>Изучение и закрепление нового материала*</i> .Спинномозговые нервы. Образование спинномозгового нерва, его ветви. Шейное сплетение. Плечевое сплетение.Грудные спинномозговые нервы. Поясничное сплетение. Крестцовое	2



	сплетение.Области иннервации.	
2	Занятие № 16. Текущий контроль по периферической нервной системе (4/10).	2
2	Занятие № 17. Изучение и закрепление нового материала*. Вегетативная нервная система.	2
2	Занятие № 18.Изучение и закрепление нового материала*.Органы чувств. Понятие об анализаторах.	2
2	Занятие № 19. Текущий контроль по вегетативной нервной системе и органам чувств (4/10).	2
2	Занятие № 20.Изучение и закрепление нового материала*. Техника антропометрии. Определение соматотипа.	2

\* - занятия в интерактивной форме

## **5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

### **ОСНОВНАЯ:**

1. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных вузов и факультетов : учебник и практикум для вузов / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 416 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8588-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511518>
2. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учебник / М.Ф. Иваницкий; под редакцией Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. - 16 изд. - Москва : Спорт, 2022. - 623 с. : ил.
3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для вузов / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 464 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09075-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517104>
4. Страдина, М.С. Функциональная анатомия регуляторных систем : учебное пособие / М.С. Страдина ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 130 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека : учебник и практикум для вузов / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 287 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14917-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512831>

### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Гайворонский, И.В. Анатомия и физиология человека [Текст] : учебник / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский. - 10-е изд., стер. - Москва : Академия, 2015. - 495, [1] с. : ил.
2. Герке, Т. Спортивная анатомия / Т. Герке ; перевод с немецкого С. Э. Борич. — 3-е изд. — Минск : Попурри, 2019. — 267, [2] с. : ил., фот.
3. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для вузов / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 268 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07276-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513500>
4. Козлов, В.И. Анатомия человека : учебное пособие / В.И. Козлов, О.А. Гурова. - 4-е изд., стер. - Москва : Практическая медицина, 2021. - 364 с. : ил.
5. Козлов, В.И. Анатомия человека : учебник / В.И. Козлов. - Москва : Практическая медицина, 2018. - 742, [1] с. : ил.
6. Красноруцкая, И.С. Функциональная анатомия центральной нервной системы : учебное пособие / И.С. Красноруцкая; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 119 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
7. Лысов, П.К. Анатомия человека (с основами спортивной морфологии) [Текст] : учебник: в 2 т. Т. 1 / П.К. Лысов, М.Р. Сапин. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2015. - 234, [1] с. : ил.

8. Лысов, П.К. Анатомия человека (с основами спортивной морфологии) [Текст] : учебник: в 2 т. Т. 2 / П.К. Лысов, М.Р. Сапин. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2015. - 287, [1] с. : ил.
9. Пивченко, П.Г. Анатомия опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / П.Г. Пивченко, Н.А. Трушель. - 4-е изд. - Минск : Новое знание, 2020. - 269, [1] с. : ил.
10. Самусев, Р.П. Атлас анатомии человека [Текст] : учебное пособие / Р.П. Самусев. - 7-е изд., перераб. - Москва : АСТ: Мир и Образование, 2016. - 542, [1] с. : ил.
11. Сапин, М.Р. Анатомия человека [Текст] : учебник / М.Р. Сапин, Д.Б. Никитюк, С.В. Клочкова; Министерство образования и науки Российской Федерации ; под ред. Д. Б. Никитюка. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 892 с. : ил.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИЦИПЛИНЫ**

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения:

1. Анатомический музей.
2. Специализированные аудитории.
3. Анатомические музейные и учебные препараты.
4. Муляжи. Планшеты. Таблицы.
5. Антропометрические инструменты.
6. Мультимедийный комплекс.
7. Комплект видеофильмов.
8. Мультимедийные лекции.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

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

**Кафедра анатомии**

Рабочая программа дисциплины

**АНАТОМИЯ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения (1,2 семестры). Вид промежуточной аттестации: зачет с оценкой в 1 семестре, **во** 2 семестре - экзамен.

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8 «Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний»

### 2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-8	<p>ОПК - 8.1 <b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p>ОПК- 8.2 <b>Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p>ОПК- 8.3 <b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>	<p><b>Знает</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры				
		1	2	3	4	5
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	124	56	68			
В том числе:						
Занятия лекционного типа	20	10	10			
Занятия семинарского типа (практические занятия)	80	40	40			
Контроль (зачет с оценкой, экзамен)	24	6	18			
Самостоятельная работа студента	92	52	40			
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>216</b>	<b>108</b>	<b>108</b>		
	<b>зачетные единицы</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>		

**4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**  
**4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ**

№	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Анатомия систем исполнения движений	Уровни организации живого организма. Периоды онтогенеза. Закономерности физического развития. Опорно-двигательный аппарат. Динамическая анатомия.	<p><b>Знает</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>
2	Анатомия систем обеспечения и регуляции жизнедеятельности	Внутренние органы. Сердечно-сосудистая и лимфоидная системы. Нервная система. Эндокринный аппарат. Основы антропометрии. Физическое развитие.	<p><b>Знает</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и</p>



		ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.
--	--	--

**4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ**  
**ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 1 СЕМЕСТР**  
**ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ**

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	ЛЕКЦИЯ № 1. Введение в предмет. Общая остеология. Содержание анатомии. Скелет, его функции. Классификация костей. Строение кости как органа. Химический состав и физические свойства костей. Развитие и рост костей. Возрастные особенности костей. Адаптация костей к физическим нагрузкам	2
1	ЛЕКЦИЯ № 2. Общая синдесмология. Виды соединений костей. Основные и вспомогательные элементы суставов. Биомеханика суставов. Факторы, определяющие подвижность суставов. Классификация суставов. Возрастные особенности соединений костей. Возрастные особенности подвижности суставов. Адаптация суставов к физическим нагрузкам	2
1	ЛЕКЦИЯ № 3. Общая миология. Строение мышечного волокна. Части и формы мышц. Механизм мышечного сокращения. Строение мышцы как органа. Вспомогательные элементы мышц. Классификация мышц. Возрастные особенности мышц. Развитие двигательных качеств.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 4. Функциональная миология. Синергизм и антагонизм мышц. Сила мышц. Виды работы мышц. Направление тяги мышц. Виды рычагов в соединении звеньев тела. Адаптация мышц к физическим нагрузкам.	2
1	ЛЕКЦИЯ № 5. Общие вопросы анатомического анализа положений и движений спортсмена. Характеристика внешних и внутренних сил. Понятие об общем центре тяжести и площади опоры. Виды равновесия тела. Характеристика степени устойчивости тела. Общая классификация движений.	2

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ**

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1	Занятие №1. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Скелет туловища. Позвоночный столб: шейные, грудные, поясничные позвонки; крестец. Грудная клетка: грудина, ребра.	2
1	Занятие № 2. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Скелет черепа. Кости мозгового и лицевого черепа. Череп в целом. Наружное и внутреннее основание черепа.	2
1	Занятие № 3. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Скелет верхней конечности. Ключица. Лопатка. Плечевая кость. Локтевая кость. Лучевая кость. Кости запястья. Кости пясти. Кости пальцев кисти.	2
1	Занятие № 4. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Скелет нижней конечности. Тазовая кость. Бедренная кость. Большеберцовая кость. Малоберцовая кость. Кости предплюсны. Кости плюсны. Кости пальцев стопы.	2
1	Занятие № 5. Текущий контроль по остеологии (5/10)	2
1	Занятие № 6. Соединения костей туловища и черепа.	2

	Соединения позвонков. Соединение позвоночника с черепом. Соединения ребер с позвоночником и грудиной. Соединения костей черепа.	
1	Занятие № 7. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Соединения костей верхней конечности. Грудино-ключичный сустав. Акромиально-ключичный сустав. Плечевой сустав. Локтевой сустав. Соединения костей предплечья. Лучезапястный сустав. Суставы кисти.	2
1	Занятие № 8. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Соединения костей нижней конечности. Крестцово-подвздошный сустав. Тазобедренный сустав. Коленный сустав. Соединения костей голени. Голеностопный сустав. Суставы стопы.	2
1	Занятие № 9. Текущий контроль по синдесмологии (4/10).	2
1	Занятие № 10. Мышцы головы и шеи. Мышцы лица. Жевательные мышцы. Мышцы шеи. Функциональная характеристика мышц головы и шеи.	2
1	Занятие № 11. Изучение и закрепление нового материала. * Мышцы туловища. Мышцы спины. Мышцы груди. Мышцы живота. Мышцы тазового дна. Дыхательные мышцы. Функциональная характеристика мышц туловища.	2
1	Занятие № 12. Текущий контроль по мышцам туловища, головы и шеи (4/10).	2
1	Занятие № 13. Мышцы пояса верхней конечности. Мышцы, обеспечивающие движения в грудино-ключичном суставе.	2
1	Занятие № 14. Изучение и закрепление нового материала*. Мышцы плеча. Мышцы, обеспечивающие движения в плечевом суставе.	2
1	Занятие № 15. Изучение и закрепление нового материала*. Мышцы предплечья и кисти. Мышцы, обеспечивающие движения в локтевом и лучезапястном суставах. Мышцы, обеспечивающие движения пальцев.	2
1	Занятие № 16. <i>Изучение и закрепление нового материала</i> *. Мышцы таза и бедра. Мышцы пояса нижних конечностей. Мышцы бедра. Мышцы, обеспечивающие движения в тазобедренном суставе.	2
1	Занятие № 17. <i>Изучение и закрепление нового материала.</i> * Мышцы голени и стопы. Мышцы голени. Мышцы стопы. Мышцы, обеспечивающие движения в коленном суставе. Мышцы, обеспечивающие движения стопы и пальцев.	2
1	Занятие № 18. Текущий контроль по мышцам конечностей (4/10).	2
1	Занятие № 19. Анатомический анализ статических положений. Анатомический анализ техники движений в избранном виде спорта. Анатомический анализ техники выполнения упражнения из избранного вида спорта по выбору студента.	2
1	Занятие № 20. Текущий контроль по анатомическому анализу положений и движений тела спортсмена (4/10).	2

\* - занятия в интерактивной форме

## ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ 2 СЕМЕСТР

### ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
2	Лекция № 1. Общие вопросы строения внутренних органов. Функциональное значение внутренних органов. Общие принципы строения полых и паренхиматозных органов. Строение стенки полых органов. Структурно-функциональные единицы.	2
2	Лекция № 2. Общие вопросы строения сердечно-сосудистой системы. Строение артерий, вен, капилляров. Строение сердца. Круги кровообращения.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 3. Общие вопросы строения нервной системы. Нервная ткань. Рефлекс, рефлексорная дуга. Центральная нервная система. Спинной мозг, отделы. Оболочки спинного мозга.	2

3	ЛЕКЦИЯ № 4. Головной мозг. Отделы головного мозга. Ствол мозга. Конечный мозг. Короткие центры. Двигательные и чувствительные проводящие пути. Оболочки головного мозга.	2
2	ЛЕКЦИЯ № 5. Периферическая нервная система. Черепные нервы. Спинномозговые нервы, их ветви. Нервные сплетения, их ветви и области иннервации. Черепные нервы.	2

### **ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ**

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
2	Занятие №1. <i>Изучение и закрепление нового материала*</i> Пищеварительная система. Полость рта. Зубы. Слюнные железы. Глотка. Лимфоэпителиальное кольцо. Пищевод. Желудок. Тонкая и толстая кишка. Печень и поджелудочная железа.	2
2	Занятие №2. <i>Изучение и закрепление нового материала*</i> Дыхательная система. Полость носа. Гортань. Трахея. Бронхи. Легкие. Плевра.	2
2	Занятие № 3. <i>Изучение и закрепление нового материала*</i> . Мочевая и половая системы. Почки. Фиксирующий аппарат почек. Мочеточник. Мочевой пузырь. Мочеиспускательный канал. Внутренние женские половые органы. Внутренние мужские половые органы.	2
2	Занятие № 4. Текущий контроль по внутренним органам (5/10).	2
2	Занятие № 5. Сердце. Ветви восходящей части аорты. Камеры сердца. Строение сердечной стенки. Клапанный аппарат сердца. Проводящая система сердца. Перикард. Аорта, ее отделы.	2
2	Занятие № 6. Ветви дуги аорты. Аорта, ее отделы. Ветви дуги аорты. Артериальный круг мозга. Подключичная артерия, ее ветви. Артерии верхней конечности.	2
2	Занятие № 7. <i>Изучение и закрепление нового материала. *</i> Ветви нисходящей части аорты. Грудная аорта, ее ветви. Брюшная аорта, ее ветви. Артерии таза. Артерии нижней конечности.	2
2	Занятие № 8. <i>Изучение и закрепление нового материала. *</i> Венозная система. Система верхней полой вены, ее притоки. Система нижней полой вены, ее притоки. Система воротной вены, ее притоки, функциональное значение.	2
2	Занятие № 9. Текущий контроль по сердечнососудистой и иммунной системе (4/10).	2
2	Занятие № 10. Спинной мозг. Ствол мозга. Спинной мозг, топография и строение. Сегмент спинного мозга. Продолговатый, задний, средний и промежуточный мозг.	2
2	Занятие № 11. <i>Изучение и закрепление нового материала. *</i> Конечный мозг. Полушария конечного мозга. Рельеф коры больших полушарий. Локализация функций в коре больших полушарий.	2
3	Занятие № 12. <i>Изучение и закрепление нового материала. *</i> Проводящие пути центральной нервной системы. Классификация проводящих путей центральной нервной системы. Восходящие проводящие пути. Нисходящие проводящие пути.	2
2	Занятие № 13. Текущий контроль по центральной нервной системе и проводящим путям головного и спинного мозга (4/10).	2
2	Занятие № 14. <i>Изучение и закрепление нового материала. *</i> Черепные нервы. Чувствительные, двигательные и смешанные черепные нервы.	2
2	Занятие № 15. <i>Изучение и закрепление нового материала*</i> .Спинномозговые нервы. Образование спинномозгового нерва, его ветви. Шейное сплетение. Плечевое сплетение.Грудные спинномозговые нервы. Поясничное сплетение. Крестцовое	2

	сплетение.Области иннервации.	
2	Занятие № 16. Текущий контроль по периферической нервной системе (4/10).	2
2	Занятие № 17. Изучение и закрепление нового материала*. Вегетативная нервная система.	2
2	Занятие № 18.Изучение и закрепление нового материала*.Органы чувств. Понятие об анализаторах.	2
2	Занятие № 19. Текущий контроль по вегетативной нервной системе и органам чувств (4/10).	2
2	Занятие № 20.Изучение и закрепление нового материала*. Техника антропометрии. Определение соматотипа.	2

\* - занятия в интерактивной форме

## **5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

### **ОСНОВНАЯ:**

1. Замараев, В. А. Анатомия для студентов физкультурных вузов и факультетов : учебник и практикум для вузов / В. А. Замараев, Е. З. Година, Д. Б. Никитюк. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 416 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8588-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511518>
2. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учебник / М.Ф. Иваницкий; под редакцией Б. А. Никитюка, А. А. Гладышевой, Ф. В. Судзиловского. - 16 изд. - Москва : Спорт, 2022. - 623 с. : ил.
3. Кабанов, Н. А. Анатомия человека : учебник для вузов / Н. А. Кабанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 464 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09075-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517104>
4. Страдина, М.С. Функциональная анатомия регуляторных систем : учебное пособие / М.С. Страдина ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 130 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Цехмистренко, Т. А. Анатомия человека : учебник и практикум для вузов / Т. А. Цехмистренко, Д. К. Обухов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 287 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14917-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512831>

### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Гайворонский, И.В. Анатомия и физиология человека [Текст] : учебник / И.В. Гайворонский, Г.И. Ничипорук, А.И. Гайворонский. - 10-е изд., стер. - Москва : Академия, 2015. - 495, [1] с. : ил.
2. Герке, Т. Спортивная анатомия / Т. Герке ; перевод с немецкого С. Э. Борич. — 3-е изд. — Минск : Попурри, 2019. — 267, [2] с. : ил., фот.
3. Замараев, В. А. Анатомия : учебное пособие для вузов / В. А. Замараев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 268 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07276-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513500>
4. Козлов, В.И. Анатомия человека : учебное пособие / В.И. Козлов, О.А. Гурова. - 4-е изд., стер. - Москва : Практическая медицина, 2021. - 364 с. : ил.
5. Козлов, В.И. Анатомия человека : учебник / В.И. Козлов. - Москва : Практическая медицина, 2018. - 742, [1] с. : ил.
6. Красноруцкая, И.С. Функциональная анатомия центральной нервной системы : учебное пособие / И.С. Красноруцкая; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 119 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
7. Лысов, П.К. Анатомия человека (с основами спортивной морфологии) [Текст] : учебник: в 2 т. Т. 1 / П.К. Лысов, М.Р. Сапин. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2015. - 234, [1] с. : ил.

8. Лысов, П.К. Анатомия человека (с основами спортивной морфологии) [Текст] : учебник: в 2 т. Т. 2 / П.К. Лысов, М.Р. Сапин. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2015. - 287, [1] с. : ил.
9. Пивченко, П.Г. Анатомия опорно-двигательного аппарата : учебное пособие / П.Г. Пивченко, Н.А. Трушель. - 4-е изд. - Минск : Новое знание, 2020. - 269, [1] с. : ил.
10. Самусев, Р.П. Атлас анатомии человека [Текст] : учебное пособие / Р.П. Самусев. - 7-е изд., перераб. - Москва : АСТ: Мир и Образование, 2016. - 542, [1] с. : ил.
11. Сапин, М.Р. Анатомия человека [Текст] : учебник / М.Р. Сапин, Д.Б. Никитюк, С.В. Клочкова; Министерство образования и науки Российской Федерации ; под ред. Д. Б. Никитюка. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2017. - 892 с. : ил.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН [libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- Университетская информационная система Россия [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИЦИПЛИНЫ**

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения:

1. Анатомический музей.
2. Специализированные аудитории.
3. Анатомические музейные и учебные препараты.
4. Муляжи. Планшеты. Таблицы.
5. Антропометрические инструменты.
6. Мультимедийный комплекс.
7. Комплект видеофильмов.
8. Мультимедийные лекции.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

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

**Кафедра права и гражданской безопасности**

Рабочая программа дисциплины

**БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023



## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

В соответствии с учебным планом дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» (Б1.О.09) изучается на I курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачёт*.

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ.

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Универсальные компетенции</b>	
Безопасность жизнедеятельности	УК–8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

### 2.1. ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ.

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК–8	УК-8.1. <b>Знает:</b> - условия безопасной и комфортной образовательной среды в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами, с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья обучающихся, с использованием здоровьесберегающих технологий.	Знает: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные меры по ликвидации их последствий; - технику безопасности и правила пожарной безопасности на рабочем месте, в том числе при проведении учебных и внеучебных мероприятий, с учётом действующих норм и правил безопасности (в том числе, условия безопасной и комфортной образовательной среды в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами, с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья обучающихся, с использованием здоровьесберегающих технологий).

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
	<p><b>УК-8.2. Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечивать охрану и укрепление здоровья обучающихся в условиях образовательного пространства;</li> </ul> <p>- формировать навыки здорового образа жизни у обучающихся.</p>	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать (прогнозировать, моделировать, программировать) организацию рабочего места и педагогического процесса, в том числе при проведении учебных и внеучебных мероприятий, с учётом действующих норм и правил безопасности;</li> <li>- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий;</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим в процессе учебных занятий;</li> <li>- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия в образовательных организациях при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;</li> </ul> <p>- формировать навыки здорового образа жизни у обучающихся.</p>
	<p><b>УК-8.3. Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализа факторов риска;</li> <li>- обеспечения личной безопасности и безопасности обучающихся в образовательной организации;</li> <li>- использования методов защиты в чрезвычайных ситуациях;</li> </ul> <p>- формирования культуры безопасного и ответственного поведения у обучающихся.</p>	<p>Имеет опыт (навык):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) организации рабочего места и педагогического процесса, в том числе проведения учебных и внеучебных мероприятий, с учётом действующих норм и правил безопасности;</li> <li>- планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) использования методов защиты обучающихся при проведении учебных и внеучебных мероприятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;</li> <li>- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;</li> <li>- оказания первой помощи пострадавшим в процессе учебных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> </ul> <p>- формирования культуры безопасного и ответственного поведения у обучающихся.</p>



#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ.

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, НАВЫКОВ
1	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности.	Безопасность жизнедеятельности: основные понятия и объекты анализа, ключевые аксиомы и концепции.	Знает: - терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; - <u>сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию</u> , поражающие факторы чрезвычайных ситуаций. Имеет опыт (навык): - формирования культуры безопасного и ответственного поведения у обучающихся.
2	Система «человек – среда обитания» как объект научного анализа.	Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях применения им оружия массового поражения. Ядерное, термоядерное, нейтронное и бактериологическое (биологическое) оружие. Негативные факторы среды обитания человека. Основы антропогенеза и экологии в контексте обеспечения безопасности жизнедеятельности. Поражающие факторы опасностей различного генеза: природные опасности. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях возникновения аварий различного генеза. Масштабы распространения последствий чрезвычайных ситуаций различного генеза. Негативные психофизиологические и социальные факторы среды обитания.	Знает: - сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, <u>поражающие факторы чрезвычайных ситуаций</u> . Умеет: - <u>разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера</u> ; - формировать навыки здорового образа жизни у обучающихся. Имеет опыт (навык): - планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях.
3	Теоретико-методологические аспекты обеспечения безопасности жизнедеятельности.	Системные аспекты предотвращения чрезвычайных ситуаций.	Знает: - методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций. Умеет: - <u>разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера</u> .
4	Принципы организации и способы защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях различного генеза.	Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций и по профилактике их возникновения. Приборы радиационной и химической разведки, контроля радиоактивного заражения и облучения. Методика прогнозирования	Знает: - основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, основные

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
		радиационной обстановки при аварии на радиационно опасном объекте и при ядерном взрыве. Методика прогнозирования химической обстановки при аварии на химически опасном объекте и при применении химического оружия. Методика прогнозирования пожарной обстановки.	<p>меры по ликвидации их последствий.</p> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим в процессе учебных занятий;</li> <li>- использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.</li> </ul> <p>Имеет опыт (навык):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;</li> <li>- оказания первой помощи пострадавшим в процессе учебных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.</li> </ul>
5	Безопасность жизнедеятельности в условиях действия физических полей и производственной деятельности.	Безопасность труда и пожарная безопасность как теоретические основы обеспечения безопасности в производственной деятельности. Пути защиты человека от негативных факторов производственной среды.	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- технику безопасности и правила пожарной безопасности на рабочем месте, в том числе при проведении учебных и внеучебных мероприятий, с учётом действующих норм и правил безопасности (<i>в том числе, условия безопасной и комфортной образовательной среды в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами, с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья обучающихся, с использованием здоровьесберегающих технологий</i>).</li> </ul> <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планировать (прогнозировать, моделировать, программировать) организацию рабочего места и педагогического процесса, в том числе при проведении учебных и внеучебных мероприятий, с учётом действующих норм и правил безопасности;</li> <li>- соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья обучающихся в процессе занятий;</li> <li>- организовывать защитные мероприятия в образовательных организациях при возникновении чрезвычайных ситуаций.</li> </ul> <p>Имеет опыт (навык):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) организации рабо-</li> </ul>

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
			<p>чего места и педагогического процесса, в том числе проведения учебных и внеучебных мероприятий, с учётом действующих норм и правил безопасности;</p> <p>- планирования (прогнозирования, моделирования, программирования) использования методов защиты обучающихся при проведении учебных и внеучебных мероприятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.</p>

## 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.

**ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ***ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА*

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	<p><i>Лекция № 1. Безопасность жизнедеятельности: основные понятия и объемы анализа, ключевые аксиомы и концепции.</i></p> <p><i>Дидактический компонент № 1. Безопасность жизнедеятельности как научная дисциплина.</i></p> <p>Системно-структурная модель безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Цель и задачи изучения безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Объект и предмет изучения безопасности жизнедеятельности. Методы изучения безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Виды безопасности и разделы безопасности жизнедеятельности как научной дисциплины. Номенклатура опасностей, порядок составления и целесообразность её применения. Классификация опасностей как инструмент понимания их природы.</p> <p><i>Дидактический компонент № 2. Безопасность жизнедеятельности как учебная дисциплина.</i></p> <p>Цель и задачи изучения безопасности жизнедеятельности как учебной дисциплины. Методы изучения безопасности жизнедеятельности как учебной дисциплины. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в дошкольных образовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в начальной школе в общеобразовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в основной школе в общеобразовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в старшей школе в общеобразовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в профессиональных образовательных организациях Российской Федерации. Организация изучения вопросов, касающихся сферы безопасности жизнедеятельности, в образовательных организациях высшего образования Российской Федерации.</p> <p><i>Дидактический компонент № 3. Принципы возникновения и классификация чрезвычайных ситуаций.</i></p> <p>Чрезвычайная ситуация, катастрофа, стихийное бедствие. Принципы возникновения чрезвычайных ситуаций: основные причины и обстоятельства. Стадии (периоды) развития чрезвычайных ситуаций. Виды катастроф. Классификация чрезвычайных ситуаций по ведомственной принадлежности. Классификация чрезвычайных ситуаций по возможностям их предотвращения. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу их распространения. Классификация чрезвычайных ситуаций по природе их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по причинам их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по продолжительности их действия. Классификация чрезвычайных ситуаций по скорости их развития. Классификация чрезвычайных ситуаций по степени их внезапности. Таксономия чрезвычайных ситуаций, характерных для мирного времени.</p> <p><i>Дидактический компонент № 4. Теоретические и практические основы безопасности в системе «человек – среда обитания – машины – чрезвычайные ситуации».</i></p> <p>Аксиома о потенциальной опасности материального мира (первая аксиома безопасности жизнедеятельности). Аксиома о предельно допустимых значениях воздействия источника опасности на объект защиты. Аксиома о совпадении источника опасности и объекта защиты в пространстве и времени. Аксиома об универсальности воздействия источника опасности на объекты защиты, находящиеся в зоне его действия. Аксиома об ущербе, оказываемом источником опасности объекту защиты. Аксиома о технических способах</p>	2

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	<p>защиты объекта от источника опасности. Аксиома о необходимом условии достижения безопасности жизнедеятельности.</p> <p><i>Дидактический компонент № 5. Современная концепция риска как теоретико-методологическая основа обеспечения безопасности жизнедеятельности.</i></p> <p>Причины возникновения, количественные характеристики и источники опасностей. Предметы и объекты исследования риска. Риски: аспекты понимания, классификация, определения по видам, методы определения, свойства. Концепция абсолютной безопасности и концепция приемлемого (допустимого) риска. Основное уравнение безопасности. Методические аппараты анализа, оценки и прогноза риска. Меры по снижению риска (защите, обеспечению безопасности). Управление рисками: этапы, алгоритмы, технологии.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	
2	<p><i>Лекция № 2. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях применения им оружия массового поражения. Часть I. Ядерное, термоядерное, нейтронное и бактериологическое (биологическое) оружие.</i></p> <p><i>Дидактический компонент № 1. Негативные факторы среды обитания, характерные для военного времени. Современные средства поражения. Ядерное, термоядерное и нейтронное оружие.</i></p> <p>Таксономия современных средств поражения. Обычные средства поражения [кумулятивные боеприпасы, бетонобойные боеприпасы, зажигательные боеприпасы (напалмы, металлизированные смеси, термитные составы, белый фосфор), кассетные боеприпасы, боеприпасы объёмного взрыва, фугасные боеприпасы, осколочные боеприпасы]. Высокоточное оружие. Оружие массового поражения. Основные характеристики ядерного, термоядерного и нейтронного оружия. Ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение (загрязнение), электромагнитный импульс ядерного взрыва и их поражающие действия.</p> <p><i>Дидактический компонент № 2. Негативные факторы среды обитания, характерные для военного времени. Современные средства поражения. Бактериологическое (биологическое) оружие.</i></p> <p>Основные характеристики (свойства) бактериологического (биологического) оружия. Свойства роста и развития вирусов, бактерий, риккетсий и грибов, проявляющиеся в различных условиях внешней среды. Свойства токсинов, проявляющиеся в различных условиях внешней среды. Таксономия поражающих факторов бактериологического (биологического) оружия, средства и способы его применения. Характеристика наиболее опасных инфекционных заболеваний, возбудители которых применяют в качестве бактериологических средств: чума, сибирская язва, сап, холера, сыпной тиф. Селекция микроорганизмов и индекс контагиозности (заразности). Способы противодействия применению бактериологического оружия.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
2	<p><i>Лекция № 3. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях применения им оружия массового поражения. Часть II. Химическое оружие.</i></p> <p><i>Дидактический компонент № 1. Негативные химические факторы среды обитания.</i></p> <p>Таксономия вредных веществ. Таксономия опасных химических веществ. Таксономия аварийно химически опасных веществ (по преимущественному синдрому, возникающему при остром отравлении; по скорости проявления поражающего действия на незащищённых людей). Сильнодействующие ядовитые вещества. Физико-химические свойства и поражающее действие основных аварийно химически опасных веществ (хлор, аммиак, сероводород, нитрил акриловой кислоты, синильная кислота, фосген, бензол, метилмеркаптан, двуокись серы). Токсичность и критерии её определения. Факторы токсических эффектов. Таксономия отдалённых токсических эффектов.</p> <p><i>Дидактический компонент № 2. Негативные факторы среды обитания, характерные для военного времени. Современные средства поражения. Хи-</i></p>	2



№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	<p><i>мическое оружие.</i></p> <p>Основные характеристики химического оружия. Таксономия отравляющих веществ (по физиологическому действию на организм человека, по стойкости, по токсическому назначению). Основные параметры, регулирующие поражающее действие отравляющих веществ (концентрация, доза, токсическая доза, плотность заражения). Особенности токсического действия отравляющих веществ. Особенности токсического действия V<sub>x</sub>. Особенности токсического действия зарина. Особенности токсического действия иприта. Особенности токсического действия бизеда. Особенности токсического действия си-эс.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	
3	<p><i>Лекция № 4. Системные аспекты предотвращения чрезвычайных ситуаций. Дидактический компонент № 1. Пути предотвращения чрезвычайных ситуаций.</i></p> <p>Принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Ориентирующие принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Технические принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Управленческие принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Организационные принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация, сущность и пути учёта в деятельности. Методы обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация и способы применения в деятельности. Средства обеспечения безопасности жизнедеятельности: классификация и способы применения в деятельности.</p> <p><i>Дидактический компонент № 2. Организационные основы безопасности жизнедеятельности.</i></p> <p>Государственная политика защиты окружающей среды и органы управления, контроля и надзора по охране природы, их функции. Задачи и полномочия органов управления Российской Федерации и её субъектов в области охраны природы. Качество и мониторинг окружающей природной среды, экологическая экспертиза, паспортизация и ответственность за экологические правонарушения. Управление обеспечением охраны труда в Российской Федерации. Организация и функции служб охраны труда на предприятии. Обеспечение техники безопасности на производстве. Управление обеспечением организации работ в чрезвычайных ситуациях в Российской Федерации и ликвидации их последствий. Действия населения по предотвращению / снижению интенсивности воздействия поражающих факторов чрезвычайных ситуаций, характерных для мирного времени.</p> <p><i>Дидактический компонент № 3. Правовые и нормативно-технические основы безопасности жизнедеятельности.</i></p> <p>Федеральные законы и подзаконные акты, связанные с обеспечением охраны окружающей среды в Российской Федерации. Федеральные законы и подзаконные акты, связанные с обеспечением охраны труда в Российской Федерации. Трудовой кодекс Российской Федерации. Федеральные законы и подзаконные акты, связанные с организацией работ в чрезвычайных ситуациях в Российской Федерации и в связи с ликвидацией их последствий. Нормативно-техническая документация по охране окружающей среды в Российской Федерации. Нормативно-техническая документация по охране труда в Российской Федерации. Нормативно-техническая документация по организации работ в чрезвычайных ситуациях в Российской Федерации и по ликвидации их последствий.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2
4	<p><i>Лекция № 5. Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций и по профилактике их возникновения. Дидактический компонент № 1. Методология и система.</i></p> <p>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона в Российской Федерации. Российский корпус спасателей. Территориальные и функциональные подсистемы</p>	2

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	<p>мы РСЧС. Уровни РСЧС: объектовый, местный, территориальный, региональный, федеральный. Координационные органы РСЧС: межведомственные и ведомственные комиссии по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций, региональные центры аналогичного назначения, комиссии по чрезвычайным ситуациям органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, комиссии по чрезвычайным ситуациям органов местного самоуправления и комиссии по чрезвычайным ситуациям объектов. Постоянно действующие органы управления РСЧС, специально уполномоченные на решение задач в области гражданской обороны и защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций (органы управления по делам ГОЧС). Органы повседневного управления РСЧС. Силы и средства постоянной готовности РСЧС (силы и средства наблюдения и контроля; силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций). Резервы финансовых и материальных ресурсов РСЧС. Системы связи, оповещения, информационного обеспечения РСЧС. Координация планов и мероприятий гражданской обороны и по ликвидации чрезвычайных ситуаций в целом с экономическими планами (в рамках бюджетов Российской Федерации, субъектов Федерации, а также федеральных органов исполнительной власти).</p> <p><i>Дидактический компонент № 2. Основные способы защиты.</i></p> <p>Принципы организации и способы защиты населения. Первый способ защиты – укрытие населения в защитных сооружениях. Таксономия защитных сооружений. Инженерно-строительные характеристики защитных сооружений. Режимы вентиляции и внутреннее оборудование убежищ. Коэффициент ослабления радиации. Правила приспособления сооружения под ПРУ. Правила поведения в защитном сооружении. Второй способ защиты – эвакуация населения и рассредоточение рабочих и служащих. Цель, организация, порядок выполнения эвакуационных мероприятий. Контингент населения, подлежащий эвакуации в чрезвычайных ситуациях. Цель, организация, порядок рассредоточения рабочих и служащих. Третий способ защиты – использование населением средств индивидуальной защиты. Таксономия средств индивидуальной защиты (по назначению; по способу изготовления; по принципу защиты; по способу обеспечения). Порядок снятия противогазов в защитном сооружении. Оказание первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях.</p> <p><i>Дидактический компонент № 3. Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций. Пути защиты от поражений различного генеза.</i></p> <p>Противорадиационная, противохимическая, противобактериологическая защита: предназначение, состав мероприятий (выявление и оценка радиационной, химической и бактериологической обстановки; организация и проведение дозиметрического, химического контроля; обеспечение личного состава формирований гражданской обороны, рабочих, служащих и других категорий населения средствами индивидуальной противохимической и медицинской защиты; ликвидация последствий радиоактивного, химического и бактериологического заражения) и порядок их проведения. Основные правила поведения и оптимальные действия населения в условиях радиоактивного, химического и бактериологического заражения (меры безопасности и правила поведения людей на заражённой местности; порядок преодоления участков местности, заражённых радиоактивными веществами, отравляющими веществами, аварийно химически опасными веществами, бактериальными средствами; порядок приготовления и приёма пищи на местности, заражённой радиоактивными веществами, отравляющими веществами, аварийно химически опасными веществами, бактериальными средствами; порядок обеззараживания рабочего места, квартиры, дома). Поражения радиоактивными веществами, отравляющими веществами, аварийно химически опасными веществами и бактериальными средствами. Защита и обеззараживание продовольствия и воды в условиях чрезвычайных ситуаций различного генеза.</p> <p><i>Дидактический компонент № 4. Организация и проведение защитных мер при внезапном возникновении чрезвычайных ситуаций. Специальные технологии</i></p>	

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
	<p><i>защиты.</i></p> <p>Спасательные и другие неотложные работы: предназначение, виды, задачи, условия успешного проведения, состав участников, порядок организации и проведения в условиях чрезвычайных ситуаций различного генеза. Специфика проведения спасательных и других неотложных работ в районе аварии на радиационно опасном объекте или в очаге ядерного поражения. Специфика проведения спасательных и других неотложных работ в очаге химического поражения при аварии на химически опасном объекте или при применении химического оружия. Специфика проведения спасательных и других неотложных работ в очаге бактериологического поражения. Специфика действий формирований гражданской обороны в очаге комбинированного поражения.</p> <p><i>Дидактический компонент № 5. Основы устойчивости работы объектов.</i></p> <p>Цель и основные факторы, влияющие на обеспечение устойчивости работы объекта, как в мирное, так и в военное время. Организация и порядок оценки устойчивости работы объекта. Этапы исследования устойчивости работы объекта. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию ударной волны ядерного (обычного) взрыва. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию светового (лучисто-огневого излучения). Оценка устойчивости работы объекта к воздействию проникающей радиации и радиоактивного заражения. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию вторичных поражающих факторов. Оценка устойчивости работы объекта к воздействию отравляющих веществ, аварийно химически опасных веществ, бактериальных средств. Пути повышения устойчивости функционирования производственных объектов с учётом вероятности возникновения чрезвычайных ситуаций.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	
5	<p><i>Лекция № 6. Безопасность труда и пожарная безопасность как теоретические основы обеспечения безопасности в производственной деятельности.</i></p> <p><i>Дидактический компонент № 1. Безопасность труда как составная часть антропогенной экологии.</i></p> <p>Таксономия антропогенной экологии. Государственный надзор и контроль над охраной труда, соблюдением трудового законодательства. Государственная экспертиза условий труда и экспертиза промышленной безопасности. Общественный контроль над охраной труда. Внутрихозяйственный контроль и обеспечение безопасных условий труда работодателем. Система управления охраной труда в организациях и на предприятиях: цели, принципы построения, функции и задачи. Расследование и учёт несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний.</p> <p><i>Дидактический компонент № 2. Пожарная безопасность.</i></p> <p>Таксономия, статистика и причины пожаров. Физико-химические основы процесса горения. Оценка риска возникновения пожара. Мероприятия по снижению пожара. Спасение людей при пожаре. Способы и средства тушения пожаров. Профилактика возникновения и распространения пожаров. Организация и управление противопожарной безопасностью. Государственная противопожарная служба. Пожарно-сторожевая охрана.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – синтез лекции-информации с проблемной лекцией.</p>	2

### ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
2	<p><i>Практическое занятие № 1. Негативные факторы среды обитания человека.</i></p> <p><i>Дидактический компонент № 1. Среда обитания в системе «человек – среда обитания».</i></p> <p>Космос как возможная среда обитания. Атмосфера как среда обитания и средство фототермической защиты Земли. Ультрафиолетовое излучение, его три биологические зоны и способность вызывать разрушительные фотохимические процессы на молекулярном уровне. Литосфера как среда обитания. Гид-</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	<p>росфера как среда обитания. Биосфера как среда обитания. Ноосфера и интеллект. Ноксосфера и человек. Техносфера как среда обитания.</p> <p><i>Дидактический компонент № 2. Негативные физические факторы среды обитания. Техногенные опасности.</i></p> <p>Таксономия негативных физических факторов среды обитания. Таксономия техногенных опасностей и их поражающие факторы. Таксономия механических опасностей. Механические и акустические колебания, их роль в процессах жизнедеятельности. Таксономия производственного шума. Действие электрического тока на организм человека. Электромагнитные поля, их определяющая роль в биопроцессах.</p> <p><i>Дидактический компонент № 3. Природные и техногенные электромагнитные излучения и жизнедеятельность.</i></p> <p>Шкала электромагнитных волн. Неионизирующее и ионизирующее излучения, инфракрасное излучение и радиоизлучение как элементы среды обитания. Видимый диапазон электромагнитных излучений. Ультрафиолетовое излучение как элемент среды обитания и источник опасности для человека. Лазерные излучения, их роль в процессах жизнедеятельности. Корпускулярное ионизирующее излучение как источник опасности для человека. Фотонное ионизирующее излучение. Рентгеновское излучение как источник опасности для человека. Гамма-излучение как источник опасности для человека.</p> <p><i>Дидактический компонент № 4. Негативные биологические факторы среды обитания. Биологические опасности.</i></p> <p>Содержание понятия «биологические опасности». Таксономия биологических опасностей. Таксономия негативных биологических факторов среды обитания. Пандемия и эпидемия. Панзоотия и эпизоотия. Панфитотия и эпифитотия. Микроорганизмы как источник постоянной опасности для человека: виды, краткая характеристика, закономерности роста и размножения. Бактериологическое нормирование. Таксономия и характеристика возбудителей заболеваний человека. Таксономия и характеристика возбудителей заболеваний сельскохозяйственных животных. Таксономия и характеристика возбудителей заболеваний сельскохозяйственных растений.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).</p>	
2	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 2. Основы антропогенеза и экологии в контексте обеспечения безопасности жизнедеятельности. Поражающие факторы опасностей различного генеза: природные опасности.</i></p> <p><i>Дидактический компонент № 1. Человек в системе «человек – среда обитания». Антропогенные опасности и их поражающие факторы.</i></p> <p>Экологические факторы среды обитания. Гомосфера и схема жизнедеятельности человека. Взаимосвязь факторов окружающей природной и социальной сред, влияющих на здоровье человека. Антропогенез, антропогенные (антропические) факторы и их источники. Таксономия антропогенных опасностей и их поражающие факторы. Индекс загрязнения, предельно допустимая концентрация, фоновая концентрация, токсическая концентрация. Система мониторинга окружающей среды. Государственная наблюдательная сеть за загрязнением окружающей среды Федеральной службы России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды.</p> <p><i>Дидактический компонент № 2. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Экологические опасности.</i></p> <p>Тенденции изменения экологической обстановки, сопровождающие научно-технический прогресс. Таксономия экологических опасностей и их поражающие факторы. Экологически опасные объекты: тяжёлые металлы и их соединения; пестициды (дефолианты, зооциды, арборициды, акарициды, инсектициды, фунгициды, детергенты); диоксины; соединения серы, фосфора и азота; фреоны (хладоны). Источники загрязнения воздуха, способы его защиты, критерии контроля его качества и методы его очистки. Источники загрязнения водного бассейна. Методы очистки и обеззараживание воды. Источники загрязнения почв. Продукты питания и экология.</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	<p><i>Дидактический компонент № 3. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Литосферные и гидросферные опасности.</i></p> <p>Содержание понятия «природные опасности». Закономерности существования, развития и распространения природных опасностей. Таксономия природных опасностей (по локализации) и их поражающие факторы. Взаимобусловленность происхождения природных опасностей. Землетрясение, извержение вулкана, обвал, оползень, сель, снежная лавина как литосферные опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникновении и развитии, меры профилактики). Наводнение и цунами как гидросферные опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникновении и развитии, меры профилактики).</p> <p><i>Дидактический компонент № 4. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Атмосферные и космические опасности.</i></p> <p>Циклон, антициклон, муссон, пассат. Атмосферное давление. Ливень, туман, гололёд, гром, молния, гроза, ураган, буря, шторм, тайфун, смерч, торнадо как атмосферные опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникновении и развитии, меры профилактики). Астероид, комета и космическое излучение как космические опасности (история происшествий, причины возникновения, механизмы функционирования и воздействия на человека, способы защиты при их возникновении и развитии, меры профилактики). Таксономия фотобиологических процессов (по функциональной роли). Содержание понятия «стихийное бедствие». Воздействие поражающих факторов природных явлений на процессы жизнедеятельности.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).</p>	
2	<p><i>Практическое занятие № 3. Особенности воздействия факторов среды обитания на человека в условиях возникновения аварий различного генеза. Масштабы распространения последствий чрезвычайных ситуаций различного генеза.</i></p> <p><i>Дидактический компонент № 1. Негативные факторы среды обитания, характерные для чрезвычайных ситуаций мирного времени. Аварии на опасных объектах.</i></p> <p>Таксономия опасных объектов. Особенности аварий на пожароопасных и взрывоопасных объектах промышленности. Особенности аварий на газопроводах, нефтепроводах, аммиакопроводах и продуктопроводах. Особенности аварий на транспорте. Аварии на трубопроводах, вызвавшие выброс большой массы транспортируемых веществ и загрязнение ими окружающей среды. Аварии на энерго- и других инженерных сетях, повлекшие нарушение нормальной жизнедеятельности населения в результате возникновения вторичных факторов. Особенности аварий на гидротехнических сооружениях.</p> <p><i>Дидактический компонент № 2. Негативные факторы среды обитания, характерные для чрезвычайных ситуаций мирного времени. Аварии на радиационно опасных объектах.</i></p> <p>Особенности аварий на объектах атомной энергетики. Аварии на транспорте с радиоактивным загрязнением территории. Аварийное облучение людей как основной поражающий фактор аварий на радиационно опасных объектах. Характер отличий радиационной обстановки при аварии на радиационно опасном объекте от радиационной обстановки в результате ядерного взрыва. Радиационный контроль состояния окружающей среды.</p> <p><i>Дидактический компонент № 3. Негативные факторы среды обитания, характерные для чрезвычайных ситуаций мирного времени. Аварии на химически опасных объектах. Аварии на бактериологически опасных объектах.</i></p> <p>Особенности аварий на химически опасных объектах. Вероятные причины возникновения аварий на химически опасных объектах. Аварии на химически опасных объектах с выбросом (утечкой) в окружающую среду сильнодействующих ядовитых веществ. Аварии на водных коммуникациях [происшествия, которые повлекли значительное количество человеческих жертв или вызвали загрязнение территорий (акваторий) нефтепродуктами и (или) химически опасными веществами]. Химический контроль состояния окружающей</p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	<p>среды. Аварии с выбросом (утечкой) в окружающую среду бактериологических средств и биологических веществ в концентрациях, превышающих допустимые значения.</p> <p><i>Дидактический компонент № 4. Размеры и структура зон поражения.</i></p> <p>Размеры и структура зоны радиоактивного заражения (загрязнения) при ядерном взрыве. Размеры и структура очага ядерного поражения. Размеры и структура зоны радиоактивного заражения (загрязнения) при аварии на атомной электростанции. Параметры, определяющие размеры зон химического заражения, образующихся в результате применения отравляющих веществ. Параметры, определяющие размеры зоны химического заражения, образующейся в результате аварии на химически опасном объекте. Таксономия очагов химического поражения, образующихся в результате применения отравляющих веществ. Таксономия очагов химического поражения аварийно химически опасными веществами. Параметры, определяющие размеры зоны бактериологического заражения. Очаг бактериологического поражения, карантин и обсервация. Характеристика очага комбинированного поражения.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).</p>	
2	<p><i>Практическое занятие № 4. Негативные психофизиологические и социальные факторы среды обитания.</i></p> <p><i>Дидактический компонент № 1. Негативные психофизиологические факторы среды обитания.</i></p> <p>Сенсорные системы с точки зрения теории безопасности жизнедеятельности. Психические состояния человека в контексте теории безопасности жизнедеятельности. Повышенные психические напряжения, характерные для различных видов профессиональной деятельности. Методы повышения безопасности жизнедеятельности, обусловленные психологическими факторами возникновения опасных ситуаций и несчастных случаев. Совместимость элементов системы «человек – среда обитания». Пути управления факторами среды обитания.</p> <p><i>Дидактический компонент № 2. Поражающие факторы опасностей различного генеза. Социальные опасности.</i></p> <p>Таксономия социальных опасностей (по природе возникновения, по масштабам распространения, по демографическим признакам, по способу организации) и их поражающие факторы. Источники социальных опасностей и пути их распространения. Принципы и условия формирования негативного социального поведения, способы и приёмы их профилактики. Наркомания как социальная опасность. Алкоголизм как социальная опасность. Курение как социальная опасность. Самоубийство как социальная опасность. Здоровый образ жизни.</p> <p><i>Дидактический компонент № 3. Терроризм как актуальная социальная опасность современности. Основы противодействия терроризму: существованию, развитию и распространению.</i></p> <p>Содержание понятий: «война», «насилие», «террор», «терроризм». Цель, задачи, признаки и сущность терроризма. Состав субъектов и объектов террористической деятельности. Виды терроризма – содержание, сходства и различия между ними. Терроризм как актуальная социальная опасность современности: предпосылки возникновения, механизм функционирования и воздействия на человека, спектр последствий, способы защиты, меры профилактики. Проблемы противодействия терроризму различного генеза. Рекомендации населению по предотвращению террористических актов. Основные и перспективные средства для борьбы с терроризмом. Терроризм и терроризирование как свойства преступного деяния и как признаки состава преступления. Терроризм как социокультурное явление. Финансирование терроризма как вид организованной преступности. Политический терроризм как форма этнического и религиозного экстремизма.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- традиционная – традиционный семинар (ведущий метод – беседа с комментированием).</p>	2
4	<p><i>Интерактивное практическое занятие (лабораторный практикум) № 5. Приборы радиационной и химической разведки, контроля радиоактивного</i></p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	<p>заражения и облучения.</p> <p>Принцип действия полевых дозиметрических приборов. Схема устройства дозиметрического прибора. Общее устройство и правила работы с радиометром-рентгенметром ДП–5А (Б): предназначение, комплектность, панель измерительного пульта, диапазон измерения, подготовка прибора к работе, измерение гамма-излучений, измерение бета-излучений. Общее устройство и правила работы с комплектом индивидуальных дозиметров ДП–22В (ДП–24): предназначение, комплектность, диапазон измерения, подготовка прибора к работе, измерение индивидуальных доз гамма-излучения. Общее устройство и правила работы с войсковым прибором химической разведки (ВПХР): предназначение, принцип действия, комплектность, подготовка прибора к работе, порядок работы с двумя индикаторными трубками с красным кольцом и красной точкой (для определения зарина, зомана, V<sub>x</sub>), порядок работы с трубкой с тремя зелёными кольцами (для определения фосгена, дифосгена, синильной кислоты и хлорциана), порядок работы с индикаторной трубкой с одним жёлтым кольцом (для определения иприта).</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- нетрадиционные – технология проблемного обучения (по методу лабораторных уроков в форме ознакомления с устройством и алгоритмами работы приборов радиационной и химической разведки, контроля радиоактивного заражения и облучения).</p>	
4	<p><i>Интерактивное практическое занятие (лабораторный практикум) № 6. Методика прогнозирования радиационной обстановки при аварии на радиационно опасном объекте и при ядерном взрыве.</i></p> <p>Общие понятия о радиационной обстановке и её оценке. Приведение уровней радиации к одному времени после взрыва (задача № 1). Определение возможных доз облучения при действиях на местности, заражённой радиоактивными веществами (задача № 2). Определение допустимой продолжительности пребывания людей на заражённой местности (задача № 3). Определение допустимого времени начала преодоления зон радиоактивного заражения (задача № 4). Определение времени начала и продолжительности ведения аварийно-спасательных и других неотложных работ на заражённой радиоактивными веществами местности (задача № 5). Определение режимов радиационной защиты рабочих, служащих и производственной деятельности объекта (задача № 6). Определение возможных радиационных потерь рабочих, служащих, населения (задача № 7).</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- нетрадиционные – технология проблемного обучения (по методу лабораторных уроков в форме решения типовых задач).</p>	2
4	<p><i>Интерактивное практическое занятие (лабораторный практикум) № 7. Методика прогнозирования химической обстановки при аварии на химически опасном объекте и при применении химического оружия. Методика прогнозирования пожарной обстановки.</i></p> <p>Общие понятия о химической обстановке. Определение размеров и площади зоны химического заражения, границ очага химического поражения и типа отравляющего вещества (задача № 1). Определение глубины распространения заражённого воздуха (задача № 2). Определение стойкости отравляющих веществ на местности и технике (задача № 3). Определение допустимого времени пребывания людей в средствах защиты (задача № 4). Определение возможных потерь рабочих, служащих, населения (задача № 5). Определение степени химической опасности объекта (задача № 6). Определение вероятных размеров зон химического заражения и площади заражения при аварии на химически опасном объекте (задача № 7). Расчёт параметров движения облака аварийно химически опасного вещества при аварии на химически опасном объекте (расчёт времени подхода облака заражённого воздуха к населённому пункту; задача № 8). Определение потерь людей от действия аварийно химически опасного вещества (задача № 9). Общие положения и содержание оценки пожарной обстановки. Оценка отдельных элементов пожарной обстановки в очаге ядерного поражения (задача № 10). Оценка отдельных элементов пожарной обстановки в мирное время (задача № 11).</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p>	2

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	- нетрадиционные – технология проблемного обучения (по методу лабораторных уроков в форме решения типовых задач).	
5	<p><i>Интерактивное практическое занятие № 8. Пути защиты человека от негативных факторов производственной среды.</i></p> <p><i>Дидактический компонент № 1. Пути защиты человека от негативных физических факторов производственной среды. Метеоусловия, микроклимат, механические опасности и колебания, акустические колебания, электричество.</i></p> <p>Основы обеспечения безопасности человека в сложных метеоусловиях. Параметры микроклимата производственной среды. Способы защиты от механических опасностей. Нормирование и защита от акустических загрязнений. Методы защиты от шума. Методы защиты от ультразвука при воздушном облучении. Защита от действия ультразвука при контактном облучении. Способы защиты от вибраций (борьба с вибрацией в источнике её возникновения; отстройка от режима резонанса; вибродемпфирование; виброгашение; виброизоляция). Поражения электрическим током: электрические травмы и электрические удары. Защита от поражения электрическим током.</p> <p><i>Дидактический компонент № 2. Пути защиты человека от негативных физических факторов производственной среды. Излучения.</i></p> <p>Способы защиты от электромагнитных полей и излучений. Принципы и меры радиационной безопасности при работе с источниками ионизирующих излучений. Методы и средства защиты от ионизирующих излучений. Защита от внутреннего облучения. Гигиеническое нормирование ионизирующих излучений (нормы радиационной безопасности). Основы обеспечения радиационной безопасности на атомной электростанции. Безопасность при обращении с радиоактивными отходами атомных электростанций. Нормирование и защита от неионизирующих электромагнитных излучений различных спектральных диапазонов.</p> <p><i>Дидактический компонент № 3. Пути защиты человека от негативных химических, биологических и психофизиологических факторов производственной среды.</i></p> <p>Нормирование вредных и токсичных веществ. Предупреждение загрязнения воздушной среды. Защита человека от вредных и ядовитых примесей в воздухе. Предупреждение химических ожогов. Защита от негативных биологических факторов. Профорентация и профотбор. Опасные действия работников в процессе трудовой деятельности. Профессионально важные качества работников. Система работы с персоналом. Основы нормализации условий труда по тяжести и напряжённости трудового процесса. Рабочая поза.</p> <p><i>Дидактический компонент № 4. Обеспечение безопасности труда педагога.</i></p> <p>Техника безопасности и правила пожарной безопасности на рабочем месте, в том числе при проведении учебных и внеучебных мероприятий, с учётом действующих норм и правил безопасности. Планирование организации защитных мероприятий в образовательных организациях при возникновении чрезвычайных ситуаций. Технология оказания первой помощи пострадавшим в процессе учебных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Методы контроля за соблюдением правил и норм охраны труда, техники безопасности, обеспечением охраны жизни и здоровья обучающихся в процессе учебных занятий. Планирование (прогнозирование, моделирование и программирование) использования методов защиты обучающихся при проведении учебных и внеучебных мероприятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий. Планирование (прогнозирование, моделирование и программирование) организации рабочего места и педагогического процесса, в том числе проведения учебных и внеучебных мероприятий, с учётом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала.</p> <p><u>Образовательные технологии:</u></p> <p>- нетрадиционные – мультимедиа-технология (интерактивный семинар); технология интерактивного обучения [эвристическая беседа (сократический диалог) / дискуссия / презентации студентов / метод «круглого стола» / метод «мозгового штурма» / творческие задания / методика «займи позицию» / групповое обсуждение / методика «дерево решений» / методика «ПОПС-формула»]; кейс-технология.</p>	2



## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Абраменко, М. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / М. Н. Абраменко, А. В. Завьялов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 97 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572424>
2. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для вузов / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05849-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510519>
3. Курдюмов, В. И. Безопасность жизнедеятельности: проектирование и расчет средств обеспечения безопасности : учебное пособие для вузов / В. И. Курдюмов, Б. И. Зотов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 249 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07668-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513971>
4. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 639 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12794-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511426>
5. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / О.М. Холодов, В.И. Дуц, А.М. Кубланов [и др.]; Министерство спорта Российской Федерации ; Воронежский государственный институт физической культуры, Кафедра медико-биологических, естественнонаучных и математических дисциплин. - Воронеж : Научная книга, 2020. -198 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Акимова, Л.А. Методика обучения и воспитания безопасности жизнедеятельности в образовательных организациях : учебник для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям / Л.А. Акимова, Е.Е. Лутовина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2020. — 335, [1] с. : ил.
2. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В. О. Евсеев, В. В. Кастерин, Т. А. Коржинек [и др.] ; под ред. Е. И. Холостовой, О. Г. Прохоровой. – 4-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2022. – 452 с. : ил., табл. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684378>
3. **Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений : учебник и практикум для вузов / С.В. Абрамова, Л.Г. Буйнов, Ю.В. Громов [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Юрайт, 2022. — 398, [1] с. : ил.**
4. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений : учебник и практикум для вузов / В. П. Соломин [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 399 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01400-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510839>
5. Ерёмин, И.Б. Теоретические основы безопасности на объекте спорта [Электронный ресурс] : учебное пособие / И.Б. Ерёмин, А.И. Лебедев, А.В. Хитёв. - СПб. : [б.и.], 2018. – 114 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / И.В. Бабайцев [и др.]; под ред. Б. С. Мастрюкова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 294, [1] с. : ил.
7. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / С.А. Полиевский [и др.]; под ред. С. А. Полиевского. - Москва : Академия, 2013. - 365, [1] с. : ил.
8. Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / В.Ю. Микрюков. - Москва : Кнорус, 2013. - 331, [2] с. : ил.
9. Михайлова, Д.А. Методика обучения предмету "Основы безопасности жизнедеятельности" и дисциплине "Безопасность жизнедеятельности" [Электронный ресурс] : учебное пособие / Д.А. Михайлова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2016. – 128 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Михайлова, Д.А. Теоретические основы безопасности человека [Электронный ресурс] : учебное пособие / Д.А. Михайлова). - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 367 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
11. Основы безопасности жизнедеятельности. Государственная система обеспечения безопасности населения : учебное пособие / [сост. А. Н. Приешкина и др.]. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2017. – 80 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
12. Рубис, Л.Г. Безопасность в спортивном туризме [Текст] : учебное пособие / Л.Г. Рубис, Т.Ю. Тарасеня; Министерство образования и науки Российской Федерации ; Санкт-Петербургский государственный университет технологии и дизайна. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. - 118 с. : ил.
13. Уколова, И.П. Основы международной безопасности : учебное пособие / И.П. Уколова. - СПб. : [Б. и.], 2018. – 154 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link isexternal\)](http://elibrary.rsl.ru(link isexternal))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ).**

*Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа № 8* (4 этаж, нежилое помещение № 2) – Специализированная мебель: Учебный стол – 38 шт., стул – 108 шт., стол письменный – 1 шт., трибуна – 1 шт. Оборудование: доска меловая – 2 шт., стационарное мультимедийное оборудование [Проектор OPTOMA DX319p, Экран Screen Media Goldview 16,9 GB 171x171 (165\*92) – 1 шт., Компьютер «Эксперт» с монитором 18,5" LG] – 1 шт.

*Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации № 19* (2 этаж, нежилое помещение № 6) – Специализированная мебель: Учебный стол – 20 шт.; скамья – 21 шт., письменный стол – 1 шт., шкаф – 1 шт. Оборудование: Доска меловая – 2 шт., наглядные учебные пособия (*стенды информационные* по тематике дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» – 12 шт.; *учебное вооружение и имущество для обеспечения учебного процесса*: радиометр-рентгенометр ДП–5Б – 1 шт., комплект индивидуальных дозиметров ДП–24 – 1 шт., войсковой прибор химической разведки – 1 шт., гражданские противогазы ГП–5 – 7 шт., аптечки индивидуальные АИ–2 – 6 шт., аптечка первой помощи – 1 шт., общевойсковой защитный комплект ОЗК – 1 шт.).

*Перечень лицензионного программного обеспечения:* Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro – №№ лицензий 64663702 от 21.01.2015 г., 64715749 от 24.01.2015 г. срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office: 2013 г., 2016 г. (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№ лицензий 68894043 от 19.12.2011 г.; 45665275 от 21.01.2015 г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019 г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор № С-6161 от 03.11.2020 г., срок использования – ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от 07.11.2018 г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU; Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019 г., срок использования – бессрочно.

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

**Кафедра биомеханики**

Рабочая программа дисциплины

**БИОМЕХАНИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на II курсе по очной форме обучения

Вид промежуточной аттестации: *(экзамен)*.

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>	
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

### 2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-8.	ОПК - 8.1 <b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.	<b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.
	ОПК- 8.2 <b>Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.	<b>Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.
	ОПК- 8.3 <b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.	<b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>									
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16			16					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	32			32					
Промежуточная аттестация (экзамен)	18			18					
Самостоятельная работа студента	42			42					
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>108</b>		<b>108</b>					
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>		<b>3</b>					

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Предмет биомеханики. История развития биомеханики. Опорно-двигательный аппарат (ОДА) как биомеханическая система	Биомеханика ОДА человека. Строение и функции биомеханической системы аппарата движения. Биомеханические пары и цепи. Степени свободы и связи. Биомеханические свойства мышц. Трехкомпонентная модель мышцы. Характеристические кривые мышечного сокращения.	<p><b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>
2.	Силы, действующие на аппарат движения человека.	Силы внешние и внутренние. Относительность этого понятия. Сила тяжести тела. Сила реакции опоры. Упругие силы (внешние и внутренние). Силы инерции (внешние и внутренние).	<p><b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного</p>

			<p>процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>
3.	Биомеханика статических положений.	<p>Статическое положение, как элемент спортивной техники. Условия равновесия звеньев тела при статической нагрузке. Моменты силы тяжести в сочленениях кинематической цепи. Механизм фиксации позы в статическом положении. Определение мышечных связей. Виды устойчивости равновесия.</p>	<p><b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями</p>



			<p>обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>
4.	Биомеханические характеристики двигательных действий человека.	<p>Кинематические характеристики поступательного и вращательного движения человека. Динамические характеристики, описывающие состояние биомеханической системы. Закономерности взаимосвязи биомеханических характеристики</p>	<p><b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>
5.	Биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека.	<p>Анализ механизма взаимодействия с опорой в локомоциях, анализ механизма вращения тела. Характеристика взаимодействия внешних и</p>	<p><b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды,</p>

		<p>внутренних сил при взаимодействии с опорой. Биомеханические факторы, формирующие импульс силы отталкивания. Управление вращательным движением тела с изменением кинетического момента. Управление вращением тела с сохранением кинетического момента.</p>	<p>роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>
--	--	--	--

#### 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

##### ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Лекция № 1. Предмет, история развития биомеханики. Основные понятия биомеханики. Биомеханика опорно-двигательного аппарата. Особенности строения и функций аппарата движения. Биокинематические пары и цепи. Степени свободы и связи. Звенья тела как рычаги. Особенности управления движения биокинематических цепей. Степени подвижности и границы подвижности.	2
1.	Лекция № 2. Мышцы как управляемый элемент аппарата движения. Типы мышечных волокон. Композиция мышечных волокон. Понятие о двигательной единице. Биомеханические свойства мышц: сократимость, упругость, прочность, вязкость, релаксация. Трехкомпонентная модель мышц. Характеристические кривые мышц «длина-сила», «скорость-сила».	2
2.	Лекция № 3. Силы, действующие на аппарат движения человека. Понятие о внешних и внутренних силах. Относительность этого понятия. Сила тяжести. Сила реакции (внешняя и внутренняя). Сила трения (внешняя и внутренняя). Упругие силы (внешние и внутренние). Силы инерции	2

	(внешние и внутренние). Использование инерционных сил в структуре движений как критерий эффективности техники двигательных действий	
3.	<p><u>Лекция № 4.</u> Биомеханика статических положений. Статическое положение как важный элемент спортивной техники. Условия равновесия звеньев тела при статической нагрузке. Определение общего центра тяжести тела и центров тяжести отдельных кинематических звеньев тела. Силы, приложенные к аппарату движения при статической нагрузке. Реакция связи в суставе. Уравнения равновесия. Мышечные связи, фиксирующие сочленения кинематической цепи.</p> <p>Биомеханика статических положений. Моменты сил тяжести в сочленениях кинематической цепи. Определение нагрузки на мышцы, фиксирующие сустав. Механизм фиксации позы в статическом положении. Управление равновесием статического положения. Виды устойчивости равновесия биомеханической системы при статической нагрузке. Статический и динамический показатели устойчивости равновесия. Анализ дыхания в статическом положении. Роль собственно дыхательных и вспомогательно-дыхательных мышц в регуляция дыхательной функции</p>	2
4.	<p><u>Лекция № 5.</u> Биомеханические характеристики двигательных действий человека. Кинематические характеристики характерных точек тела человека (пространственные, временные, пространственно-временные). Кинематические характеристики поступательного, вращательного, плоскопараллельного движения тела человека. Взаимосвязь кинематических параметров поступательного и вращательного движения человека. Роль кинематических характеристик в анализе и оценке техники спортивных движений.</p>	2
4.	<p><u>Лекция № 6.</u> Биомеханические характеристики двигательных действий человека. Динамические характеристики, описывающие состояние биомеханической системы и закон поведения системы. Динамические характеристики, отражающие меру взаимодействия между телами: сила, момент силы, импульс силы, импульс моменты силы, работа силы, работа момента силы. Динамические характеристики, отражающие изменение состояния системы в результате взаимодействия: импульс тела (количество движения), кинетический момент, кинетическая энергия поступательного движения, кинетическая энергия вращательного движения человека. Закономерности взаимосвязи характеристик, отражающих меру взаимодействия тел и характеристик, отражающих изменения состояния тел после взаимодействия – как теоретическая основа вопросов управления двигательными действиями и вопросов коррекции и моделирование техники двигательных действий.</p>	2
5.	<p><u>Лекция № 7.</u> Анализ механизма взаимодействия спортсмена с опорой в локомоция. Характеристики взаимодействия внешних и внутренних сил в локомоциях. Биомеханические факторы формирования импульса силы отталкивания в локомоция. Режим работы мышц при отталкивании. Анализ и коррекции техники отталкивания в локомоциях с учётом особенностей моторики человека.</p>	2

5.	<p><u>Лекция № 8.</u> Две задачи динамики в анализе техники двигательных действий. Решение основной задачи динамики как способ оценки техники двигательных действий и степени реализации двигательных способностей человека. Моделирование механизма взаимодействия спортсмена с опорой. Цель моделирования – нахождение оптимальных вариантов взаимосвязи механических характеристик взаимодействия с опорой, обеспечивающих наивысший результат, соответствующей двигательным способностям спортсмена.</p> <p>Управление вращением тела. Закономерности управления вращением тела с изменением кинетического момента. Закономерности управления вращением тела с сохранением кинетического момента (на опоре, в полётной фазе). Управление вращением тела без начальной угловой скорости.</p>	2
----	---	---

#### ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1.	<p><u>Семинар 1. Текущий контроль №1.</u> Контрольное задание: проверка остаточных теоретических знаний по дисциплине – пререквизитам.</p> <p>Учебно- исследовательская работа студентов 1 (УИРС –1). «Биомеханический анализ упражнений с сохранением положения тела (статических положений)» I этап. Определение положений ОЦТ и ЦТ звеньев тела.</p>	2
1,2,3	<p><u>Семинар 2 (УИРС – 1).</u> Механизм фиксации позы при статической нагрузке. Определение и анализ мышечных связей. Расчёт моментов сил тяжести в сочленениях биокинематической цепи. Определение степени нагрузки на мышечные группы, фиксирующие сустав.</p>	2
1,2,3	<p><u>Семинар 3.</u> Устойчивость равновесия биомеханической системы. Вопросы управления равновесия биомеханической системы. Анализ условий дыхания при статической нагрузке. Оценка условий дыхания.</p>	2
1,2,3	<p><u>Семинар 4. Текущий контроль №2 по темам 1,2,3.</u></p>	2
4	<p><u>Семинар 5.</u> Расчёт временных характеристик тазобедренного сустава по промеру. Построение хронограммы, анализ и оценка связи временных характеристик двигательных действий спортсмена.</p> <p>Расчёт перемещений, скоростей и ускорение характерных точек аппарата движения (согласно представленным маркерам), в цикле бегового шага (по промеру).</p>	2
4	<p><u>Семинар 6. Текущий контроль 3 по теме 4.</u></p>	2
4,5	<p><u>Семинар 7 (УИРС-3).</u> Анализ механизма взаимодействия с опорой. Фазовый состав и фазовая структура отталкивания. Взаимодействие внешних и внутренних сил при отталкивании. Механизм формирования динамической составляющей силы реакции опоры.</p>	2
4,5	<p><u>Семинар 8.</u> Биомеханические факторы, формирующие импульс силы отталкивания от опоры. Расчёт импульса сила отталкивания по данным тензодинамограммы. Исследование роли маха руками при отталкивании.</p>	2
5	<p><u>Семинар 9.</u> Зависимость вариантов отталкивания (жёсткая, взрывное или медленно-жимовое) от особенностей индивидуальной моторики исследуемых спортсменов. Закономерности взаимосвязи биомеханических характеристик отталкивания. Анализ и оценка техники отталкивания</p>	2
5	<p><u>Семинар 10. Текущий контроль 4 по теме 5.</u></p>	2

5	Семинар 11. (УИРС-4). «Анализ механизма вращения тела» Расчёт кинематических характеристик вращательных движений. Внешние силы, приложенный к центру масс вращающегося тела. Внутренние силы, формирующие позу гимнаста при выполнении большого оборота на перекладине.	2
5	<u>Семинар 12.</u> Момент инерции тела как регулирующий фактор управления вращением. Методы расчёта момент инерции тела гимнаста относительно перекладины. Кинетический момент.	2
5	<u>Семинар 13.</u> Управление вращением на перекладине с использованием механизма изменения момента силы тяжести гимнаста. Работа моменты силы тяжести в первой и второй половине большого оборота на перекладине.	2
5	<u>Семинар 14.</u> Закономерности управления вращением тела с изменением кинетического момента. Закономерности управления вращением тела сохранением кинетического момента (на опоре, в безопасном положении). Управление вращением тела без начальной условной скорости.	2
5	<u>Семинар 15.</u> Текущий контроль 5 по теме 5.	2
1,2,3,4,5	<u>Семинар 16.</u> Рубежный контроль.	2

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Биомеханика двигательной деятельности: механика : учебное пособие / А.Б. Яковлев, В.В. Азанчевский, Ф.Е. Захаров, О.В. Тихоненкова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 94 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ
2. Кичайкина, Н.Б. Биомеханика двигательных действий : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина, А.В. Самсонова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. – 210 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Кичайкина, Н.Б. Практикум по биомеханике двигательной деятельности : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. – 133 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
4. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности : / Г.И. Попов, А.В. Самсонова. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 314, [1] с. : ил.
5. Туревский, И. М. Формирование психомоторных способностей : учебное пособие для вузов / И. М. Туревский. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 353 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10950-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518066>

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Джалилов, А. А. Биомеханика двигательной деятельности : учебное пособие / А. А. Джалилов, К. Л. Меркурьев. — Тольятти : ТГУ, 2019. — 178 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/139610>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Кичайкина, Н.Б. Биомеханические закономерности упражнений с сохранением положения тела, локомоторных и вращательных движений : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 51 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Кичайкина, Н.Б. Биомеханика двигательных действий : учебное пособие / Н.Б. Кичайкина, А.В. Самсонова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 183 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Комарова, Н. А. Биомеханика двигательной деятельности : учебное пособие / Н. А. Комарова, И. В. Шиндина. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2017. — 113 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/163488>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Курьсь, В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения : учебное пособие / В.Н. Курьсь. - Москва : Советский спорт, 2013. - 366, [1] с. : ил.
6. Попов, Г.И. Биомеханика : учебник / Г.И. Попов. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : Академия, 2013. - 253, [1] с. : ил.
7. Математический аппарат биомеханики : учебное пособие / А.Б. Яковлев, В.В. Азанчевский, Ф.Е. Захаров, О.В. Тихоненкова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 71 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Светайло, А.А. Теория и методика избранного вида спорта. Биомеханика большого тенниса : учебное пособие / А.А. Светайло. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2021. - 137 с. : ил.
9. Стеблецов, Е. А. Биомеханика : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 160 с. — (Высшее

образование). — ISBN 978-5-534-13699-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519685>

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

Название	Краткое описание	Режимы доступа	Ссылка на ресурс
eLIBRARY.RU	Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования.	Доступ свободный	<a href="http://www.elibrary.ru/">http://www.elibrary.ru/</a>
Scopus	Scopus – крупнейшая единая база данных, содержащая аннотации и информацию о цитируемости рецензируемой научной литературы. В базе содержится контент международных издателей в области естественных, общественных и гуманитарных наук, техники, медицины и искусства.	Доступ с ПК библиотеки	<a href="http://www.scopus.com/">http://www.scopus.com/</a>
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 библиотеки	<a href="http://infotrac.galegroup.com">http://infotrac.galegroup.com</a>

Web of Science	<p>Наукометрическая реферативная база данных журналов и конференций. Содержит контент исследовательской литературы мирового класса, связанной с тщательно отобранным списком журналов, и открыть для себя новую информацию при помощи скрупулезно записанных метаданных и ссылок.</p>	<p>Доступ с ПК библиотеки</p>	<p>apps.webofknowledge.com</p>
ЭБС «Юрайт»	<p>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.</p>	<p>Доступ после регистрации и</p>	<p><a href="https://www.biblio-online.ru/">https://www.biblio-online.ru/</a></p>



## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ** *представляется*

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### *очная форма обучения*

- ✓ Специализированной биомеханической лабораторией.
- ✓ Комплектом презентационного оборудования (компьютер, проектор, экран, звук).
- ✓ Наличие демонстрационных плакатов по разделам курса
- ✓ Базовым материалом (типа промеров, динамограмм, набора фотокадров) для работы каждого студента.

- ✓ Иллюстративный материал на лекциях и практических занятиях должен включать:

- схемы и таблицы расчета моментов инерции тела человека;
- таблиц и схем расчета общего центра тяжести тела человека;
- схемы действия сил при отталкивании;
- хронограмм бега и ходьбы;
- динамограмм отталкивания от опоры;
- промеров бега (не менее 12 шт. в масштабе 1:4);
- промеров вращательных движений.

1. Мультимедийная презентация лекционного материала:

- история биомеханики (автор Самсонова А.В.);
- лекционный курс (10 лекций) (автор Кичайкина Н.Б.)

2. Приборы, демонстрирующие биомеханические характеристики движений:

- пантографы для определения распределения массы по звену;
- платформа Жуковского для демонстрации сохранения кинетического момента;
- модель тела человека (14-тизвенная).

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### *заочная форма обучения*

- ✓ схемы, таблицы и приборы для расчета биомеханических характеристик двигательных действий человека;
- ✓ специализированные классы, компьютерные классы, технические средства обучения;
- ✓ лаборатории;

#### **Сетевые источники информации:**

- ✓ мультимедийные, аудио- и видеоматериалы;
- ✓ программное обеспечение: компьютерная программа Solid Works;
- ✓ базы данных: фото-, кино-, видеоданные, динамограммы, гониограммы, электромиограммы, содержащие сведения о статических положениях из различных видов спорта (легкой атлетике, гимнастике, баскетбола, плавания и другое) и о выполнении двигательных действий человеком в различных видах спорта.

#### **Информационно-справочные и поисковые системы:**

- ✓ журналы: Теория и практика физической культуры, ученые записки НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Российский журнал биомеханики, Journal Of Biomechanics, Journal Of Applied Biomechanics, Journal Of Human Movement Studies и др.

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

**Кафедра иностранных языков**

Рабочая программа дисциплины

**ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения, на 1 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: 1 семестр - ЗАЧЕТ С ОЦЕНКОЙ, 2 семестр - ЭКЗАМЕН.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Универсальные компетенции</b>	
Коммуникация	УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-4.	<p>УК-4.1. <b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p>УК-4.2. <b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p>УК-4.3. <b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>	<p><b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p><b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	<b>96</b>	<b>48</b>	<b>48</b>						
В том числе:									
Занятия лекционного типа									
Занятия семинарского типа (семинары, <b>практические занятия</b> , лабораторные работы)	96	48	48						
Промежуточная аттестация (зачет, <b>дифференцированный зачет (зачет с оценкой, экзамен)</b> )	24	6	18						
Самостоятельная работа студента	<b>96</b>	<b>54</b>	<b>42</b>						
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>216</b>	108	108					
	<b>зачетные единицы</b>	<b>6</b>	3	3					

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	<b>About myself (О себе)</b>	<p>1. Фонетика: позиция языка, позиция губ, сонанты. Отличие английского фонетического строя от русского. Гласные звуки. Дифтонги. Согласные звуки. Звуки, не имеющие соответствий в русском языке.</p> <p>2. Грамматика: Глагол «to be». оборот there is/are. Порядок слов в предложении, типы вопросов в английском языке: общий вопрос, альтернативный вопрос, специальный вопрос, разделительный вопрос, вопрос к подлежащему. Present Simple. Неправильные глаголы, Глагол «to have». Местоимения: личные (в именительном и объектном падеже), притяжательные (собственно притяжательные; в абсолютной форме), возвратные. Множественное число имени существительного. Притяжательный падеж существительного. Неопределенный артикль a(an), Определенный артикль the, Past Simple, оборот «to be going to», Future Simple. Числительные. Present Continuous.</p> <p>3. Лексическая тема «About Myself»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>General information: name, age, appearance, character, family, contact information.</i></li> <li>• <i>Daily routine.</i></li> <li>• <i>Hobbies and interests. Free time activities.</i></li> <li>• <i>My future plans.</i></li> </ul> <p>4. Монологическая речь: понятие, виды монологической речи (описание, повествование, рассуждение), постановка коммуникативной задачи (коммуникативное намерение), алгоритм построения монологического высказывания, организация высказывания, языковое оформление высказывания (лексический запас, грамматические структуры,</p>	<p><b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p><b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>

		<p>фонетическое оформление) (формированию умений монологической речи – выполнение речевых (коммуникативных) упражнений (подготовленная/ неподготовленная монологическая речь))</p> <p>5. Диалогическая речь: понятие, виды диалогической речи (диалог–расспрос, диалог–обмен мнениями/суждениями, диалог–побуждение к действию, этикетный диалог и их комбинации) Работа с диалогами «<i>Meeting people</i>» (аудирование, воспроизведение диалога-модели, построение нового диалогического высказывания) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p>6. Речевой этикет: понятие речевого этикета, особенности современного английского речевого этикета, формулы речевого этикета (слова, фразы, устойчивые выражения).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apologies. Encouragement, sympathy, regret. Congratulations and wishes.</li> <li>• Doubt, disbelief, surprise.</li> </ul> <p>Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p><b>7. Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «About myself».</b></p>	
2.	<p><b>Sport in my life (Спорт в моей жизни)</b></p>	<p>1. Фонетика: словесное ударение, фразовое и логическое ударение. Мелодика английского предложения.</p> <p>2. Грамматика: Past Continuous, местоимение it в безличных предложениях, указательные местоимения. Местоимения much, many. Местоимения little (a little) и few (a few). Future Continuous. Неопределенные местоимения и их производные. Имя прилагательное: степени сравнения. Наречие. Словообразование в английском языке (конверсия, словосложение, словослияние,</p>	<p><b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах).</p>

	<p>сокращение, аффиксация). Present Perfect. Past Perfect. Future Perfect. Побудительные предложения.</p> <p>3. Лексическая тема «Sport in my life»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Physical education. Healthy lifestyle.</i></li> <li>• <i>Talking about sport: name of sports, people, related verbs, equipment, places, related words.</i> Выполнение лексических упражнений.</li> <li>• <i>Mass sport and elite sport. Sports training.</i></li> <li>• <i>Health and sport. Human body (human body parts, internal organs, human body systems and their functions). Common sports injuries.</i> Выполнение лексических упражнений.</li> <li>• <i>General physical skills: stamina, strength, flexibility, power, speed, coordination, agility, balance, accuracy, cardiovascular/respiratory endurance.</i> Выполнение лексических упражнений.</li> <li>• <i>Competitions. Athlete's career. Career problems in sport.</i></li> </ul> <p>4. Диалогическая речь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ролевая игра. Тема «At the doctor's» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</li> <li>• «At a sporting event» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</li> </ul> <p>5. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов темы «Sport in my life» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)</p> <p>6. Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «Sport in my life».</p>	<p><b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>
--	--	---

3.	<b>Saint Petersburg</b> <b>(Санкт-Петербург)</b>	<p>1. Грамматика: группа времен Perfect Continuous. Времена Simple, Continuous, Perfect, Perfect Continuous (повторение). Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to, ought to, to be to, should, need, dare.</p> <p>2. Лексическая тема «St. Petersburg»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>General information</b></li> <li>• <b>Sightseeing</b> (показ учебной презентации «Sightseeing tour in Saint Petersburg», выполнение интерактивного задания)</li> <li>• показ учебного фильма «Saint Petersburg» (St. Petersburg Vacation Travel Video Guide (Expoza Travel)), выполнение интерактивного задания)</li> </ul> <p>3. Диалогическая речь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ролевая игра «Asking the way» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</li> <li>• Ролевые игры «At the museum», «At the shop», «At the café» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</li> </ul> <p>4. Речевой этикет. Agreement and disagreement. Misunderstanding. Clearing up things. Requests. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p>5. Терминологическая и общенаучная лексика. Понятие. Примеры.</p> <p>6. Текущий контроль №3. Грамматический тест «Система времен английского языка (действительный залог)»  Текущий контроль №4. Устный опрос по теме «Saint Petersburg».</p>	<p><b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p><b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>
4.	<b>Lesgaft</b>	1. Грамматика: модальные глаголы	<b>Знает:</b> - различные формы,



	<p><b>Universit y (Университет Лесгафта )</b></p>	<p>(повторение), видовременная система английского глагола (повторение), страдательный залог.</p> <p>2. Лексическая тема «Lesgaft University»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Education. Student life.</i> Выполнение лексических упражнений.</li> <li>• <i>Текст «Lesgaft University».</i></li> <li>• <i>Pyotr F. Lesgaft: biography.</i></li> <li>• <i>Future profession. Coaching as a social and pedagogical phenomenon.</i></li> </ul> <p>3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «I study at Lesgaft University» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)</p> <p>4. Речевой этикет. Asking and giving opinions. Expressing knowledge and advice. Giving reasons. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p><b>5. Текущий контроль №5. Грамматический тест «Модальные глаголы».</b> <b>Текущий контроль №6. Устный опрос по теме «Lesgaft University».</b></p>	<p>виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p><b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>
5.	<p><b>Общеспортивная терминология</b></p>	<p>1. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог.</p> <p>2. Лексическая тема «Общеспортивная терминология». Выполнение лексических упражнений.</p> <p>3. Устойчивые выражения и идиомы английского языка: понятие, примеры, использование в речи. Спортивные идиомы в английском языке.</p> <p><b>4. Текущий контроль №7. Грамматический тест «Страдательный залог».</b></p>	<p><b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p><b>Имеет опыт:</b> использования,</p>

		<p><b>Текущий контроль №8. Лексический тест по теме «Общеспортивная терминология» (лексический минимум).</b></p>	<p>языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>
6.	<p><b>Перевод текстов общеспортивной тематики</b></p>	<p>1. Грамматика: Видовременная система английского глагола.</p> <p>2. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля.</p> <p>3. Основные виды чтения в английском языке (просмотровое, ознакомительное, изучающее, поисковое).</p> <p>4. Перевод текста с английского языка на русский: общие рекомендации, алгоритм работы с текстом, переводческие трансформации и приемы перевода. Перевод текстов общеспортивной тематики.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Organization of sport. Sports Motivation. Game-playfulness- Creativity.</i> Выполнение лексических упражнений.</li> <li>• <i>Sports nutrition. Movement. Methods of movement. Overtraining.</i> Выполнение лексических упражнений</li> </ul> <p>5. Текущий контроль №9. «Перевод текстов общеспортивной тематики».</p> <p>6. Рубежный контроль кафедры (РК-1) (Итоговая контрольная работа по грамматическим/лексическим темам семестра)</p> <p>7. Консультация перед зачетом.</p>	<p><b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p><b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>
7.	<p><b>Russia (Россия)</b></p>	<p>1. Грамматика: формы глагола, причастие I и II, причастный оборот, самостоятельный причастный оборот, формы причастия I.</p>	<p><b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского</p>

		<p>2. Лексическая тема «Russia».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Russia: general information.</b></li> <li>• <b>Travelling.</b> Выполнение лексических упражнений.</li> <li>• <b>Places to visit.</b> Показ учебного фильма «Russia» (Russia Vacation Travel Video Guide (Exproza Travel), выполнение интерактивного задания.</li> <li>• <b>Sport in Russia.</b></li> </ul> <p>3. Диалогическая речь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Диалогическая речь: ролевые игры «At the ticket office», « At the airport», «At the customs»</li> <li>• Ролевая игра « At the hotel» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</li> </ul> <p>4. Речевой этикет. Invitations, arrangements, offers. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).</p> <p><b>5. Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «Russia»</b></p>	<p>литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p><b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>
8.	<p><b>Great Britain (Великобритания)</b></p>	<p>1. Грамматика: Герундий. Герундиальный оборот. Причастие или герундий. Формы герундия.</p> <p>2. Лексическая тема «Great Britain»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>General information.</b></li> <li>• <b>Some historical facts about Great Britain.</b></li> <li>• <b>Daily life in Britain.</b> (показ учебного фильма «Window on Britain» (Oxford Press)), выполнение интерактивного задания.</li> <li>• <b>London: general information, sights.</b> Показ учебной презентации. Выполнение интерактивных заданий.</li> <li>• <b>Customs and traditions in Great Britain. Sports in Great Britain.</b></li> <li>• <b>Sports in Great Britain.</b></li> </ul>	<p><b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p><b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на</p>

		<p>3. Показ учебной презентации: "What do you know about Great Britain?" Выполнение интерактивных заданий.</p> <p>4. Личное письмо (Writing a postcard. Writing a letter to a friend): структура личного письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для личного письма, этикет личной переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).</p>	<p>русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>
9.	<b>The USA (США)</b>	<p>1. Грамматика: инфинитив, отличие инфинитива от герундия, инфинитивный оборот в функции сложного дополнения, инфинитивный оборот в функции сложного подлежащего, формы инфинитива.</p> <p>2. Лексическая тема «The USA»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>General information.</i></li> <li>• <i>Tourist attractions in The USA.</i> Показ учебной презентации. Выполнение интерактивных заданий.</li> <li>• <i>Customs and traditions in The USA.</i></li> <li>• <i>Sports in The USA.</i></li> </ul> <p>3. Показ учебной презентации: "What do you know about the USA?". Выполнение интерактивных заданий.</p> <p>4. Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «English-speaking countries» (Great Britain, The USA).</p>	<p><b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах).</p> <p><b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>
10.	<b>Olympic Games (Олимпийские игры)</b>	<p>1. Грамматика: неличные формы глагола: причастие, герундий, инфинитив (повторение). Выполнение грамматических упражнений. Согласование времен. Прямая и косвенная речь. Условные предложения I, II, III типа, бессоюзные условные предложения. Условные предложения смешанного типа.</p> <p>2. Лексическая тема «Olympic Games»:</p>	<p><b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>A brief history.</i></li> <li>• <i>General information.</i></li> <li>• <i>The International Olympic Committee.</i></li> <li>• <i>Olympic Records.</i></li> </ul> <p>3. Показ учебной презентации «Olympic Champions». Выполнение интерактивного задания.</p> <p>4. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «Olympic events» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)</p> <p>5. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский.</p> <p>6. Перевод текстов по специальности. Чтение и перевод аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).</p> <p>7. Текущий контроль №3. Грамматический тест «Неличные формы глагола (причастие, герундий, инфинитив)» Текущий контроль №4. Устный опрос по теме «Olympic Games».</p>	<p>оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах). <b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>
11.	<p><b>My specialization (Моя специальность)</b></p>	<p>1. Грамматика: Согласование времен. Прямая и косвенная речь. Условные предложения I, II, III типа, бессоюзные условные предложения. Условные предложения смешанного типа. (повторение)</p> <p>2. Лексическая тема «My specialization»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Job hunting.</i> Выполнение лексических упражнений.</li> <li>• <i>CV (Curriculum Vitae).</i> Составление резюме.</li> <li>• <i>Interview.</i> (тема «Собеседование: устройство на работу»). Диалоги – аудирование.</li> </ul> <p>3. Диалогическая речь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ролевая игра «Собеседование:</li> </ul>	<p><b>Знает:</b> - различные формы, виды устной и письменной коммуникации на русском и иностранном(ых) языке(ах); - системы норм русского литературного языка и нормы иностранного(ых) языка(ов) в области устной речи и грамматики.</p> <p><b>Умеет:</b> - воспринимать, анализировать и критически оценивать устную и письменную деловую информацию на русском и иностранном(ых) языке(ах). <b>Имеет опыт:</b> использования, языковых средств для достижения профессиональных целей на</p>

	<p>устройство на работу» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p>4. Лексическая тема «Лексика специальности».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Sport psychology</i></li> <li>• <i>Personality characteristics (traits)</i></li> <li>• <i>Personality development and sport</i></li> <li>• <i>Sport as an influence on social development</i></li> <li>• <i>Social factors in sporting performance</i></li> <li>• <i>Sporting behaviour</i></li> <li>• <i>Gender and sport</i></li> <li>• <i>Motivation and sport</i></li> <li>• <i>Aggression and sport</i></li> <li>• <i>Stress and anxiety in sport</i></li> </ul> <p>Выполнение тренировочных лексических упражнений.</p> <p>5. Реферирование иноязычного текста: особенности реферирования иноязычного текста, виды рефератов и их назначение, требования, предъявляемые к реферату, сущность и методы компрессии материала первоисточника, структура и содержание реферата, технология (алгоритм) составления рефератов, языковое оформление реферата, речевые клише для написания рефератов.</p> <p>6. Аннотирование иноязычного текста: назначение и виды аннотаций, структура, содержание и особенности аннотаций, технология (алгоритм) составления аннотаций, речевые клише для написания аннотаций.</p> <p>7. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод, реферирование и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). Краткий пересказ содержания текста.</p> <p>8. Деловое письмо (Writing a formal letter): виды деловых писем, структура и содержание делового письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для делового письма, этикет деловой переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков</p>	<p>русском и иностранном(ых) языке(ах); - выстраивания стратегии устного и письменного общения на русском и иностранном(ых) языке(ах) в рамках межличностного и межкультурного общения.</p>
--	---	---

	<p>межличностных коммуникаций)</p> <p><b>9. Текущий контроль №5. Грамматический тест «Согласование времен, прямая и косвенная речь, условные предложения».</b>  <b>Текущий контроль №6. Лексический тест по теме «Лексика специальности» (лексический минимум)</b>  <b>Текущий контроль №7. Перевод текстов по специальности «Му specialization».</b></p> <p><b>10. Рубежный контроль кафедры (РК-1) (Итоговая контрольная работа по грамматическим/лексическим темам семестра).</b></p> <p>11. Консультация перед экзаменом.</p>	
--	---	--

#### 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

### ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА 1 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
	<b>ТЕМА №1 «ABOUT MYSELF» (О СЕБЕ)</b>	
1	<p>1. Фонетика: позиция языка, позиция губ, сонанты. Отличие английского фонетического строя от русского. Гласные звуки.</p> <p>2. Грамматика: Глагол «to be». Оборот there is/are. Порядок слов в предложении, типы вопросов в английском языке: общий вопрос, альтернативный вопрос, специальный вопрос, разделительный вопрос, вопрос к подлежащему. Present Simple. Неправильные глаголы, Глагол «to have». Местоимения: личные (в именительном и объектном падеже), притяжательные (собственно притяжательные; в абсолютной форме), возвратные. Множественное число имени существительного. Притяжательный падеж существительного.</p> <p>3. Лексическая тема «About Myself»: <i>General information: name, age, appearance, character, family, contact information.</i></p> <p>4. Монологическая речь: понятие, виды монологической речи (описание, повествование, рассуждение), постановка коммуникативной задачи (коммуникативное намерение), алгоритм построения монологического высказывания, организация высказывания, языковое оформление высказывания (лексический запас, грамматические структуры, фонетическое оформление) (формированию умений монологической речи – выполнение речевых (коммуникативных) упражнений (подготовленная/неподготовленная монологическая речь))</p> <p>5. Диалогическая речь: понятие, виды диалогической речи (диалог–расспрос, диалог–обмен мнениями/суждениями, диалог–побуждение к действию,</p>	2

	этикетный диалог и их комбинации) Работа с диалогами « <i>Meeting people</i> » (аудирование, воспроизведение диалога-модели, построение нового диалогического высказывания) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	
1	1. Фонетика: Дифтонги. Согласные звуки. Звуки, не имеющие соответствий в русском языке. 2. Грамматика: Неопределенный артикль a(an), Определенный артикль the, Past Simple, оборот «to be going to», Future Simple. 3. Лексическая тема «About Myself»: <i>Daily routine. Hobbies and interests. Free time activities. My future plans.</i> 4. Речевой этикет: понятие речевого этикета, особенности современного английского речевого этикета, формулы речевого этикета (слова, фразы, устойчивые выражения).  <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apologies. Encouragement, sympathy, regret. Congratulations and wishes.</li> <li>• Doubt, disbelief, surprise.</li> </ul> Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
1	1. Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «About myself». 2. Грамматика: Числительные. Present Continuous.	2
<b>ТЕМА №2 «SPORT IN MY LIFE» (СПОРТ В МОЕЙ ЖИЗНИ)</b>		
2	1. Фонетика: словесное ударение, фразовое и логическое ударение. Мелодика английского предложения. 2. Грамматика: Past Continuous, местоимение it в безличных предложениях, указательные местоимения. Местоимения much, many. Местоимения little (a little) и few (a few). 3. Лексическая тема «Sport in my life»: <i>Physical education. Healthy lifestyle. Talking about sport: name of sports, people, related verbs, equipment, places, related words.</i> Выполнение лексических упражнений.	2
2	1. Грамматика: Future Continuous. 2. Лексическая тема «Sport in my life»: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Mass sport and elite sport. Sports training.</i></li> <li>• Лексическая тема «Sport in my life»: <i>Health and sport. Human body (human body parts, internal organs, human body systems and their functions). Common sports injuries.</i> Выполнение лексических упражнений.</li> </ul> 3. Ролевая игра. Тема «At the doctor's» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
2	1. Грамматика: Неопределенные местоимения и их производные. Имя прилагательное: степени сравнения. Наречие. 2. Лексическая тема «Sport in my life»: <i>General physical skills: stamina, strength, flexibility, power, speed, coordination, agility, balance, accuracy, cardiovascular/respiratory endurance.</i> Выполнение лексических упражнений.	2
2	1. Грамматика: Словообразование в английском языке (конверсия, словосложение, словослияние, сокращение, аффиксация).	2



	<p>Present Perfect. Past Perfect.</p> <p>2. Лексическая тема «Sport in my life»: <i>Competitions. Athlete's career. Career problems in sport.</i></p> <p>3. Диалогическая речь: «At a sporting event» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p>	
2	<p><b>1. Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «Sport in my life».</b></p> <p>2. Грамматика: Future Perfect. Побудительные предложения.</p> <p>3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение рассмотренных аспектов темы «Sport in my life» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы)</p>	2
<b>ТЕМА №3 «SAINT PETERSBURG» (САНКТ-ПЕТЕРБУРГ)</b>		
3	<p>1. Грамматика: группа времен Perfect Continuous.</p> <p>2. Лексическая тема «St. Petersburg»: <i>general information</i></p> <p>3. Диалогическая речь: Ролевая игра «Asking the way» (мини-диалоги) (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p>4. Терминологическая и общенаучная лексика. Понятие. Примеры.</p>	2
3	<p>1. Грамматика: Времена Simple, Continuous, Perfect, Perfect Continuous (повторение)</p> <p>2. Лексическая тема «St. Petersburg». <i>general information.</i></p> <p>3. Диалогическая речь: Ролевые игры «At the museum», «At the shop», «At the café» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p>4. Речевой этикет. Agreement and disagreement. Misunderstanding. Clearing up things. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p>	2
3	<p><b>1. Текущий контроль №3. Грамматический тест «Система времен английского языка (действительный залог)»</b></p> <p>2. Лексическая тема «Saint Petersburg»: Sightseeing (показ учебной презентации «Sightseeing tour in Saint Petersburg», выполнение интерактивного задания)</p> <p>3. Речевой этикет. Requests. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).</p>	2
3	<p>1. Грамматика: Модальные глаголы: can (could), may (might), must, have to, ought to, to be to</p> <p>2. Лексическая тема «Saint Petersburg»: показ учебного фильма «Saint Petersburg» (St. Petersburg Vacation Travel Video Guide (Expoza Travel)), выполнение интерактивного задания)</p>	2
3	<p><b>1. Текущий контроль №4. Устный опрос по теме «Saint Petersburg».</b></p> <p>2. Грамматика: Модальные глаголы: should, need, dare.</p>	2
<b>ТЕМА №4 «LESGAFT UNIVERSITY» (УНИВЕРСИТЕТ ЛЕСГАФТА)</b>		
4	<p>1. Грамматика: модальные глаголы (повторение)</p> <p>2. Лексическая тема «Lesgaft University»: <i>Education. Student life.</i> Выполнение лексических упражнений. <i>Текст «Lesgaft University».</i></p> <p>3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «I study at Lesgaft University» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков</p>	2

	командной работы)	
4	<p><b>1.Текущий контроль №5. Грамматический тест «Модальные глаголы».</b>  2.Лексическая тема «Lesgaft University»: <i>PyotrF. Lesgaft: biography</i>.  3. Речевой этикет. Asking and giving opinions. Expressing knowledge and advice. Giving reasons. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p>	2
4	<p>1. Грамматика: видовременная система английского глагола (повторение), страдательный залог.  2.Лексическая тема «Lesgaft University»: <i>Future profession. Coaching as a social and pedagogical phenomenon</i>.</p>	2
4	<p><b>1. Текущий контроль №6. Устный опрос по теме «Lesgaft University».</b>  2. Грамматика: видовременная система английского глагола (повторение), страдательный залог.</p>	2
<b>ТЕМА №5 Общеспортивная терминология</b>		
5	<p>1. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог.  2. Лексическая тема «Общеспортивная терминология». Выполнение лексических упражнений.</p>	2
5	<p><b>1. Текущий контроль №7. Грамматический тест «Страдательный залог».</b>  2. Лексическая тема «Общеспортивная терминология». Выполнение лексических упражнений.  3. Устойчивые выражения и идиомы английского языка: понятие, примеры, использование в речи. Спортивные идиомы в английском языке.</p>	2
5	<p><b>1. Текущий контроль №8. Лексический тест по теме «Общеспортивная терминология» (лексический минимум)</b>  2. Грамматика: видовременная система английского глагола, страдательный залог.</p>	2
<b>ТЕМА №6 Перевод текстов общеспортивной тематики</b>		
6	<p>1.Грамматика: Видовременная система английского глагола.  2. Понятие об обиходно-литературном, официально-деловом, научном стилях, стиле художественной литературы. Основные особенности научного стиля.  3. Основные виды чтения в английском языке (просмотровое, ознакомительное, изучающее, поисковое).  4. Перевод текста с английского языка на русский: общие рекомендации, алгоритм работы с текстом, переводческие трансформации и приемы перевода.  5. Перевод текстов общеспортивной тематики. <i>Organization of sport. Sports Motivation.Game-playfulness-Creativity</i>.Выполнение лексических упражнений.</p>	2
6	<p>1.Грамматика: Видовременная система английского глагола.  2. Перевод текстов общеспортивной тематики. <i>Sports nutrition.Movement. Methods of movement. Overtraining</i>. Выполнение лексических упражнений.</p>	2
6	<p><b>1. Текущий контроль №9. «Перевод текстов общеспортивной тематики».</b>  2.Грамматика: Видовременная система английского глагола.</p>	2
6	<p><b>1. Рубежный контроль кафедры (РК-1) (Итоговая контрольная работа по грамматическим/лексическим темам семестра)</b>  2. Грамматика: видовременная система английского глагола.  3. Консультация перед зачетом.</p>	2

**ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**  
**2 СЕМЕСТР**

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
<b>ТЕМА №7 «RUSSIA» (РОССИЯ)</b>		
7	1. Грамматика: формы глагола, причастие I и II. 2. Лексическая тема «Russia». <b>Russia: general information.</b> 3. Речевой этикет. Invitations, arrangements, offers. Выполнение условно-речевых/речевых упражнений (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).	2
7	1. Грамматика: причастный оборот. 2. Лексическая тема «Russia». <b>Travelling.</b> Выполнение лексических упражнений. 3. Лексическая тема «Russia». <b>Places to visit.</b> Показ учебного фильма «Russia» (Russia Vacation Travel Video Guide (Exproza Travel) выполнение интерактивного задания. 4. Диалогическая речь: Ролевые игры «At the ticket office», « At the airport», «At the customs» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
7	1. Грамматика: самостоятельный причастный оборот. 2. Лексическая тема «Russia». <b>Sport in Russia.</b> 3. Диалогическая речь: Ролевая игра «At the hotel» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)	2
7	<b>1. Текущий контроль №1. Устный опрос по теме «Russia».</b> 2. Грамматика: формы причастия I.	2
<b>ТЕМА №8 «GREAT BRITAIN» (ВЕЛИКОБРИТАНИЯ)</b>		
8	1. Лексическая тема «Great Britain»: <b>General information. Some historical facts about Great Britain.</b> 2. Личное письмо (Writing a postcard. Writing a letter to a friend): структура личного письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для личного письма, этикет личной переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций).	2
8	1. Грамматика: герундий 2. Лексическая тема «Great Britain»: <b>Daily life in Britain.</b> (показ учебного фильма «Window on Britain» (Oxford Press)), выполнение интерактивного задания.	2
8	1. Грамматика: герундиальный оборот. 2. Лексическая тема «Great Britain»: <b>London: general information, sights.</b> Показ учебной презентации. Выполнение интерактивных заданий.	2
8	1. Грамматика: Причастие или герундий. Формы герундия. 2. Лексическая тема «Great Britain»: <b>Customs and traditions in Great Britain. Sports in Great Britain.</b> 3. Показ учебной презентации: "What do you know about Great Britain?" Выполнение интерактивных заданий.	2
8	1. Грамматика: герундий (повторение). 2. Лексическая тема «Great Britain»: <b>Sports in Great Britain.</b>	2
<b>ТЕМА №9 «THE USA» (США)</b>		
9	1. Грамматика: инфинитив. 2. Лексическая тема «The USA»: <b>General information.</b>	2
9	1. Грамматика: Инфинитив, отличие инфинитива от герундия. 2. Лексическая тема «The USA»: <b>Tourist attractions in The USA.</b> Показ учебной	2

	презентации. Выполнение интерактивных заданий.	
9	1. Грамматика: инфинитивный оборот в функции сложного дополнения, инфинитивный оборот в функции сложного подлежащего. 2. Лексическая тема «The USA»: <i>Customs and traditions in The USA. Sports in The USA.</i> 3. Показ учебной презентации: "What do you know about the USA?". Выполнение интерактивных заданий.	2
9	<b>1. Текущий контроль №2. Устный опрос по теме «English-speaking countries» (Great Britain, The USA).</b> 2. Грамматика: формы инфинитива.	2
<b>ТЕМА №10 «OLYMPIC GAMES» (ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ)</b>		
10	1. Грамматика: неличные формы глагола: причастие, герундий, инфинитив (повторение). Выполнение грамматических упражнений. 2. Лексическая тема «Olympic Games»: <i>a brief history.</i> 3. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский.	2
10	<b>1. Текущий контроль №3. Грамматический тест «Неличные формы глагола (причастие, герундий, инфинитив)»</b> 2. Лексическая тема «Olympic Games»: <i>General information.</i> 3. Перевод текстов по специальности. Чтение и перевод аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). 4. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский.	2
10	1. Грамматика: Согласование времен. 2. Лексическая тема «Olympic Games»: <i>The International Olympic Committee.</i> 3. Круглый стол (тематическая дискуссия): обсуждение темы «Olympic events» (развитие навыков диалогической и монологической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций, развитие навыков командной работы) 4. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский.	2
10	1. Грамматика: Прямая и косвенная речь (повествовательное, вопросительное, повелительное предложение). 2. Лексическая тема «Olympic Games»: <i>Olympic Records.</i> 3. Показ учебной презентации «Olympic Champions». Выполнение интерактивного задания. 4. Практика перевода текстов общеспортивной тематики с русского языка на английский.	2
10	<b>1. Текущий контроль №4. Устный опрос по теме «Olympic Games».</b> 2. Грамматика: Условные предложения I, II, III типа, бессоюзные условные предложения. Условные предложения смешанного типа.	2
<b>ТЕМА №11 «MY SPECIALIZATION» (МОЯ СПЕЦИАЛЬНОСТЬ)</b>		
11	1. Грамматика: Согласование времен. Прямая и косвенная речь. Условные предложения I, II, III типа, бессоюзные условные предложения. Условные предложения смешанного типа. (повторение). 2. Лексическая тема «My specialization»: <i>Job hunting.</i> Выполнение лексических упражнений. 3. Лексическая тема «Лексика специальности». <i>Sport psychology. Personality characteristics (traits). Personality development and sport.</i> Выполнение тренировочных лексических упражнений. 4. Реферирование иноязычного текста: особенности реферирования иноязычного текста, виды рефератов и их назначение, требования, предъявляемые к реферату, сущность и методы компрессии материала	2

	<p>первоисточника, структура и содержание реферата, технология (алгоритм) составления рефератов, языковое оформление реферата, речевые клише для написания рефератов.</p> <p>5. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и реферирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов).</p>	
11	<p><b>1. Текущий контроль №5. Грамматический тест «Согласование времен, прямая и косвенная речь, условные предложения».</b></p> <p>2. Лексическая тема «My specialization». <i>Job hunting</i>. Выполнение лексических упражнений.</p> <p>3. Лексическая тема «Лексика специальности». <i>Sport as an influence on social development. Social factors in sporting performance. Sporting behaviour</i>. Выполнение тренировочных лексических упражнений.</p> <p>4. Деловое письмо (Writing a formal letter): виды деловых писем, структура и содержание делового письма, правила оформления, типовые фразы (клише) для делового письма, этикет деловой переписки. (развитие навыков письменной речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p>	2
11	<p>1. Лексическая тема «My specialization». <i>CV (Curriculum Vitae). Составление резюме</i>.</p> <p>2. Лексическая тема «Лексика специальности». <i>Gender and sport. Motivation and sport. Aggression and sport. Stress and anxiety in sport</i>. Выполнение тренировочных лексических упражнений.</p> <p>3. Аннотирование иноязычного текста: назначение и виды аннотаций, структура, содержание и особенности аннотаций, технология (алгоритм) составления аннотаций, речевые клише для написания аннотаций.</p> <p>4. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов)</p>	2
11	<p><b>1. Текущий контроль №6. Лексический тест по теме «Лексика специальности» (лексический минимум)</b></p> <p>2. Лексическая тема «My specialization». <i>Interview</i>. (тема «Собеседование: устройство на работу»). Диалоги – аудирование.</p> <p>3. Диалогическая речь: Ролевая игра «Собеседование: устройство на работу» (формирование навыков диалогической речи, развитие навыков межличностных коммуникаций)</p> <p>4. Перевод текстов по специальности. Чтение, перевод и аннотирование аутентичных текстов (статьи из газет и журналов). Краткий пересказ содержания текста.</p>	2
11	<p><b>1. Текущий контроль №7. Перевод текстов по специальности «My specialization».</b></p> <p>2. Перевод аутентичного текста (по специальности) со словарем, краткий пересказ содержания текста.</p>	2
11	<p><b>1. Рубежный контроль кафедры (РК-1) (Итоговая контрольная работа по грамматическим/ лексическим темам семестра).</b></p> <p>2. Консультация перед экзаменом.</p>	2

## **5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

### **ОСНОВНАЯ:**

1. Английский язык для гуманитариев (B1–B2). English for Humanities : учебное пособие для вузов / О. Н. Стогниева, А. В. Бакулев, Г. А. Павловская, Е. М. Муковникова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 178 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14982-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516738>
2. Английский язык для академических целей. English for Academic Purposes : учебное пособие для вузов / Т. А. Барановская, А. В. Захарова, Т. Б. Поспелова, Ю. А. Суворова ; под редакцией Т. А. Барановской. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 220 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13839-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511748>
3. Гуреев, В. А. Английский язык. Грамматика (B2) : учебник и практикум для вузов / В. А. Гуреев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 294 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07464-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516684>
4. Крупченко, А. К. Английский язык для педагогов: academic english (B1–B2) : учебное пособие для вузов / А. К. Крупченко, А. Н. Кузнецов, Е. В. Прилипко ; под общей редакцией А. К. Крупченко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 204 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10843-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516982>
5. Кузьменкова, Ю. Б. Английский язык + аудиозаписи : учебник и практикум для вузов / Ю. Б. Кузьменкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 412 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15064-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510704>

### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Агабекян, И.П. Английский язык для бакалавров : учебное пособие для студентов вузов / И.П. Агабекян. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2017. — 379, [3] с. : ил.
2. Английский язык для физкультурных специальностей [Текст] = Englishforstudentsofphysicaleducation : учебник / Е.А. Баженова [и др.]; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - 6-е изд., стер. - Москва : Академия, 2013. - 344, [1] с.
3. Борисенко, Е.Г. Английский язык для физкультурных специальностей [Текст] : учебное пособие / Е.Г. Борисенко, О.А. Кравченко. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. - 408, [1] с.
4. Грамматика английского языка = A grammar of the english language : пособие для студентов педагогических институтов / В.Л. Каушанская, Р.Л. Ковнер, О.Н. Кожевникова [и др.] ; под ред. Е. В. Ивановой. — 10-е изд. — Москва : АЙРИС-пресс, 2019. — 381 с.
5. Евстигнеева, М.В. Особенности перевода англоязычных спортивных текстов : учебное пособие / М.В. Евстигнеева ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2015. — 175 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

6. Иванова, О.Ф. Английский язык. Пособие для самостоятельной работы студентов (В1-С1) : учебное пособие для вузов / О.Ф. Иванова, М.М. Шиловская. — Москва : Юрайт, 2020. — 351, [1] с.
7. Романова, С.В. Английский язык (Олимпийские виды спорта) [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.В. Романова. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2017. – 277 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Салье, Т.Е. Грамматика перевода. С английского языка на русский, с русского языка на английский : учебное пособие / Т.Е. Салье, И.Н. Воскресенская ; Санкт-Петербургский государственный университет. — Санкт-Петербург : СПбГУ, 2018. — 175, [1] с.
9. Сергеева, Л.Е. Английский язык как второй иностранный язык [Электронный ресурс] : учебное пособие : [в 2 ч.]. Ч. 1 : Грамматика / Л.Е. Сергеева. - СПб. : [б. и.], 2019. – 247 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
10. Сергеева, Л.Е. Английский язык: лексика и грамматика в текстах футбольной направленности : учебное пособие / Л.Е. Сергеева ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2016. — 172 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external))
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link is external))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

Название	Краткое описание	Режимы доступа	Ссылка на ресурс
eLIBRARY.RU	Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии,	Доступ свободный	<a href="http://www.elibrary.ru/">http://www.elibrary.ru/</a>

	медицины и образования.		
Polpred.com Обзор СМИ	Обзор средств массовой информации. Ежедневно тысячи новостей, полный текст на русском языке. Миллионы сюжетов информагентств и деловой прессы за 15 лет.	Доступ свободный	<a href="http://www.polpred.com/">http://www.polpred.com/</a>
Scopus	Scopus – крупнейшая единая база данных, содержащая аннотации и информацию о цитируемости рецензируемой научной литературы. В базе содержится контент международных издателей в области естественных, общественных и гуманитарных наук, техники, медицины и искусства.	Доступ с ПК библиотеки	<a href="http://www.scopus.com/">http://www.scopus.com/</a>
Taylor&Francis	Политематическая коллекция журналов Taylor&FrancisGroup включает в себя около двух тысяч журналов по различным областям знания.	Доступ с ПК библиотеки	<a href="http://www.tandfonline.com">www.tandfonline.com</a>
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 библиотеки	<a href="http://infotrac.galegroup.com">http://infotrac.galegroup.com</a>
WebofScience	Наукометрическая реферативная база данных журналов и	Доступ с ПК библиотеки	<a href="http://apps.webofknowledge.com">apps.webofknowledge.com</a>



	конференций. Содержит контент исследовательской литературы мирового класса, связанной с тщательно отобранным списком журналов, и открыть для себя новую информацию при помощи скрупулезно записанных метаданных и ссылок.		
Архив журналов РАН	База включает архив журналов РАН.	Доступ свободный	libnauka.ru
Журналы издательства Cambridge University Press	База содержит исследовательскую и академическую информацию.	Доступ свободный	<a href="http://www.lib.cam.ac.uk/">http://www.lib.cam.ac.uk/</a>
Журналы издательства Oxford University Press	Ресурс англоязычный, содержит материалы по общественным и гуманитарным, естественным и техническим наукам, информатике, медицине, здравоохранению и др.	Доступ свободный	<a href="http://www.oxfordjournals.org/en/">http://www.oxfordjournals.org/en/</a>
Цифровой архив журнала Science	Журнал Американской ассоциации содействия развитию науки.	Доступ свободный	archive.neicon.ru
Журналы издательства SAGE Publications	Издательство научных журналов Sage Publications содержит контент гуманитарных журналов по социологии, криминалистике, этнологии и психологии.	Доступ свободный	archive.neicon.ru
Университетская информационная система Россия	Тематическая электронная библиотека и база для исследований и учебных курсов в области экономики, управления, социологии,	Доступ свободный	uisrussia.msu.ru

	лингвистики, философии, филологии, международных отношений и других гуманитарных наук.		
КонсультантПлюс	База содержит контент для многих специалистов, руководителей организаций, а также для специалистов государственных органов, учёных и студентов. В ней содержится огромный массив правовой и справочной информации.	Доступ с ПК библиотеки	<a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>
ЭБС «Лань»	Электронно-библиотечная система Издательства Лань.	Доступ после регистрации	<a href="https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412">https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412</a>
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	<a href="https://www.biblio-online.ru/">https://www.biblio-online.ru/</a>
ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»	Электронная библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» содержит контент учебников и учебных пособий, научной литературы и периодики по различным областям знаний.	Доступ после регистрации	<a href="http://www.biblioclub.ru/">http://www.biblioclub.ru/</a>

*Состав программного обеспечения:*

**Операционные системы:**

Windows 10 Pro/Windows 10 Pro for Workstations

Windows 7 Enterprise K

Windows 7 Professional

**ОС РОСА "КОБАЛЬТ" десктоп**

**Офисные пакеты приложений:**

Office Professional Plus 2010

Office Professional Plus 2013

Office Standard 2010

Office Standard 2013

Office Standard 2016

**Мой офис****Браузеры:**

GoogleChrome

Opera

MozillaFirefox

**Chromium**

Internet Explorer

Yandex.Browser

**Архиваторы:**

7zip

**Программы просмотра PDF:**

Adobe Acrobat Reader

Foxit Reader

**Связь:**

Skype

**Распознавание текста и конвертирование файлов:**

Abby fine reader Professional 12

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК»:**

Читальный зал библиотеки (оснащен компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета).

Учебные аудитории №№ 79, 78, 71, 72, 73, 81, 82, 83, 55 (Корпус 2, наб. реки Мойки, д. 108)

### **Оборудование учебной аудитории:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

### **Методические средства обучения:**

- грамматические таблицы;
- дидактические материалы;
- раздаточный материал;
- электронные материалы: учебные фильмы, презентации, учебные пособия;
- комплект учебно-наглядных пособий «Страноведение» (карты).

### **Технические средства обучения:**

- ноутбук;
- видеопроектор (переносной);
- видеопроектор (стационарный) – ауд.55 (Корпус 2, наб. реки Мойки, д. 108);
- экраны (ауд.55,83) ((Корпус 2, наб. реки Мойки, д. 108);
- аудиоаппаратура (магнитофон).

**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**

Рабочая программа дисциплины

**ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина «История психология» относится к Блоку 1. Дисциплины (модули) (обязательной часть). В соответствии с учебным планом она изучается на 1 курсе, в 1 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: очная форма – экзамен.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Универсальные компетенции</b>	
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач
Экономическая культура, в том числе финансовая грамотность	УК-9. Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-1	УК-1.1. <b>Знает:</b> -особенности системного и критического мышления; - ранее сложившиеся в науке оценки информации.	<b>Знает:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ имеет представление о месте истории психологии в системе наук и ее основных отраслях;</li> <li>▪ исторические периоды развития психологической науки;</li> <li>▪ содержание основных этапов зарубежной истории психологии;</li> <li>▪ содержание основных этапов отечественной истории психологии;</li> <li>▪ основные концепции, даты и имена учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития;</li> <li>▪ азы истории отечественной психологии спорта;</li> </ul>
	УК-1.2. <b>Умеет:</b> - проводить рефлекссию по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности; - анализировать источник информации с точки зрения временных и пространственных условий его возникновения.	<b>Умения:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ анализировать, сравнивать, обобщать психологические теории;</li> <li>▪ учитывать личностный фактор при структурировании материала (реферат, презентация);</li> <li>▪ ориентироваться в основных проблемах истории психологии XX века;</li> <li>▪ анализировать, сравнивать, обобщать психологические теории;</li> <li>▪ грамотно излагать знание литературных источников на семинарских занятиях;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ выражать свое личное отношение к идейно-мировоззренческим концепциям авторов трудов по истории психологии;</li> <li>▪ приводит примеры, идеи основных концепций, даты и имена учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития.</li> <li>▪ грамотно излагать знание литературных источников на семинарских занятиях</li> </ul>
	<p>УК-1.3. <b>Имеет опыт:</b> - сопоставления разных источников информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений;</p> <p>- аргументированного формирования собственного суждения и оценки информации;</p> <p>- принятия обоснованного решения..</p>	<p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ анализа, сравнения, обобщения психологических теорий;</li> <li>▪ изложения литературных источников на семинарских занятиях;</li> <li>▪ выражения своего личного отношение к идейно-мировоззренческим концепциям авторов трудов по истории психологии;</li> <li>▪ приведения примеров, идей основных концепций, дат и имен учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития.</li> </ul>
УК-9	<p>УК-9.1. <b>Знает:</b> - теорию и практику и методические основы маркетинговых исследований в образовании.</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ примеры психологических аспектов маркетинговых исследований, в т.ч. в образовании.</li> </ul>

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестр
		1
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	48	48
В том числе:		
Занятия лекционного типа	22	22
Практические занятия семинарского типа (семинары)	26	26
Промежуточная аттестация (экзамен)	18	18
Самостоятельная работа студента	78	78
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>144</b>
	<b>зачетные единицы</b>	<b>4</b>



4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Возникновение психологических знаний в античную эпоху	История психологии: предмет, периодизация, методы. Возникновение натурфилософских учений о душе в трудах древнегреческих мыслителей. Представления о душе философов Милетской и Эфеской школы. Научные воззрения о душе в учениях ранних античных философов Фалеса, Левкиппа, Демокрита. Поиски первоосновы души в учениях Анаксимандра и Анаксимена. Понимание души Гераклитом. Представления о психике врачей-философов Алкмеона и Гиппократов. Учение о четырех стихиях Эмпедокла. Понятие о душе в учениях Анаксагора. Природа души по Гераклиту. Философско-психологические учения о душе Сократа, Платона, Аристотеля. Эпикур и Лукреций Кар о душе человека. Психологические воззрения стоиков. Психофизиология Гелена. Учения философов и врачей Александрийской школы в понимании природы психики и её связи с мозгом и телом человека.	<p>Знание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ исторических периодов развития психологической науки;</li> <li>▪ представление о месте истории психологии в системе наук и ее основных отраслях;</li> <li>▪ основных концепций, дат и имен учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития;</li> </ul> <p>Умение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ориентироваться в основных проблемах истории психологии XX века;</li> <li>▪ учитывать личностный фактор при структурировании материала (реферат, презентация)</li> <li>▪ грамотно излагать знание литературных источников на семинарских занятиях;</li> <li>▪ приводит примеры, идеи основных концепций, даты и имена учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития.</li> </ul>
2	Психологические учения средневековья и эпохи возрождения (XV-XVII вв.)	Возрождение идей Аристотеля о душе. Богословские учения Плотина и Августина. Неоплатонизм. Христианские представления о божественном духе и душе. Вероучение о психике Ф. Аквинского. Развитие психологии в рамках христианской доктрины. Патристика – учение отцов церкви о душе. Возникновение номинализма в объяснении психических явлений. Восточные учения о психике человека Авиценны и Аверроэса. Научные представления Дж. Бруно о вселенской природе человеческого сознания. Борьба католической церкви с материалистическими воззрениями в психологии. Влияние искусства эпохи Возрождения на формирование материалистических представлений о	<p>Знание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ исторических периодов развития психологической науки;</li> <li>▪ представление о месте истории психологии в системе наук и ее основных отраслях;</li> <li>▪ основных концепций, дат и имен учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития;</li> </ul> <p>Умение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ориентироваться в основных проблемах истории психологии XX века;</li> <li>▪ учитывать личностный фактор при структурировании материала (реферат, презентация);</li> <li>▪ грамотно излагать знание литературных источников на семинарских и практических учебных занятиях;</li> </ul>

		закономерностях мышления и сознания человека.	<p>Навык/имеет опыт/ владение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ приведения примеров, идей основных концепций, дат и имен учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития</li> <li>▪ анализа, сравнения, обобщения психологических теорий;</li> <li>▪ изложения литературных источников на семинарских занятиях;</li> <li>▪ выражения своего личного отношение к идейно-мировоззренческим концепциям авторов трудов по истории психологии;</li> <li>▪ приведения примеров, идей основных концепций, дат и имен учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития</li> </ul>
3	Становление и развитие зарубежной психологии	<p>Формирование естественнонаучного мировоззрения в период XVII-XIX столетий и его воздействие на развитие психологических воззрений на мир и человека. Учение Г.Лейбница о «монадах». Влияние открытий Коперника и Галилея на развитие научных представлений о психике и мышлении человека. Субъективно-идеалистическая психология Э.Кондильяка, Д.Беркли, Д.Юма. Психологические воззрения Ф.Бекона и Р.Декарта о двойственной природе психики и сознания человека. Обоснование принципа детерминизма в познании психических явлений в психологических теориях Т.Гоббса и Б.Спинозы. Учение материалистов-сенсуалистов о душе и способностях человека в трудах Дж. Локка, Ж.Ламетри, К.Гельвеция, Э.Кондильяка, Ж.Руссо. Английская ассоциативная психология. Учение Ч.Дарвина о естественном происхождении человека и эволюции психики. Идеалистическая немецкая психология о душе и духе в трудах В.Гегеля, И.Канта, Х.Вольфа, И.Гербарта, В.Дильтея, и др. Психология народов В.Вундта. Формирование основ научной эмпирической и медицинской психологии. Психоанализ Фрейда,</p>	<p>Знание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ содержания основных этапов зарубежной истории психологии;</li> <li>▪ основных концепций, дат и имен учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития;</li> <li>▪ примеров психологических аспектов маркетинговых исследований, в т.ч. в образовании.</li> </ul> <p>Умение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ориентироваться в основных проблемах истории психологии XX века;</li> <li>▪ анализировать, сравнивать, обобщать психологические теории;</li> <li>▪ выражать свое личное отношение к идейно-мировоззренческим концепциям авторов трудов по истории психологии;</li> <li>▪ учитывать личностный фактор при структурировании материала (реферат, презентация);</li> <li>▪ грамотно излагать знание литературных источников на семинарских занятиях;</li> <li>▪ приводит примеры, идеи основных концепций, даты и имена учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития</li> </ul>

		<p>аналитическая психология К. Юнга. Возникновение американской психологии в XIX веке. Основные направления американской психологии – бихевиоризм, гештальт-психология, гуманистическая, индустриальная, социальная, трансперсональная психология. Ведущие зарубежные теории личности: психодинамические (З. Фрейд, А. Адлер, К. Юнг); диспозиционные (теории личностных черт (Г. Олпорт, Р. Кеттел, Г. Айзенк), биологические (Крейчмер, Шелдон); феноменологические (гуманистические (А. Маслоу, К. Роджер, Р. Мей, В. Франкл и др.), когнитивные (Дж. Келли), мотивационные (Аткинсон); теории научения (теории оперантнообуславливания (Б. Скиннер, Торндайк) и социального научения (А. Бандура, Дж. Роттер)</p>	<p>Навык/имеет опыт/ владение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ анализа, сравнения, обобщения психологических теорий;</li> <li>▪ изложения литературных источников на семинарских занятиях;</li> <li>▪ выражения своего личного отношение к идейно-мировоззренческим концепциям авторов трудов по истории психологии;</li> <li>▪ приведения примеров, идей основных концепций, дат и имен учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития</li> </ul>
4	<p>Становление и развитие отечественной психологии</p>	<p>Начальный этап (XVIII-XIX вв) формирования основ российской психологии в трудах М.В. Ломоносова, Я.П. Козельского, К.Д. Кавелина, русских врачей И.М. Балинского, И.П. Мержеевского, В.Ф. Чижана, В.М. Бехтерева и др. Психология в работах русских богословов и писателей-социалистов: А.П. Зубовского, Н.А. Добролюбова, А.И. Герцена, В.Г. Белинского, А.Н. Радищева, Н.Г. Чернышевский. Развитие российской психологии в советский период. Основные идеи и достижения в изучении психологии человека в трудах советских психологов XX века - К.Н. Корнилова, Г.И. Челпанова, С.Л. Выготского, С.Л. Рубинштейна, Н.Л. Леонтьева, Б.Г. Ананьева, В.Н. Мясищева, Б.Ф. Ломова, Д.Н. Узнадзе и др. Развитие прикладных направлений психологических исследований. Ведущие отечественные психологические теории личности: московская школа деятельности (С.А. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев, Л.И. Божович, Д.Б. Эльконин), ленинградская (А.Ф. Лазурский, Б.Г. Ананьев, В.Н. Мясищев), грузинская школа (Д.Н. Узнадзе), пермская школа</p>	<p>Знание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ содержания основных этапов отечественной истории психологии;</li> <li>▪ основных концепций, дат и имен учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития;</li> </ul> <p>Умение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ориентироваться в основных проблемах истории психологии XX века;</li> <li>▪ анализировать, сравнивать, обобщать психологические теории;</li> <li>▪ выражать свое личное отношение к идейно-мировоззренческим концепциям авторов трудов по истории психологии;</li> <li>▪ учитывать личностный фактор при структурировании материала (реферат, презентация);</li> <li>▪ грамотно излагать знание литературных источников на семинарских занятиях;</li> <li>▪ приводит примеры, идеи основных концепций, даты и имена учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития.</li> </ul>

		(В.С.Мерлин. Б.Я.Вяткин). Здоровая личность в различных психологических школах.	<p>Навык/имеет опыт/ владение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ анализа, сравнения, обобщения психологических теорий;</li> <li>▪ изложения литературных источников на семинарских занятиях;</li> <li>▪ выражения своего личного отношение к идейно-мировоззренческим концепциям авторов трудов по истории психологии;</li> <li>▪ приведения примеров, идей основных концепций, дат и имен учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития.</li> </ul>
5	История отечественной психологии спорта	<p>Зарождение научного интереса к психологии спорта в России в XIX –XX вв. Развитие научной психологии спорта в СССР. Защита А.Ц.Пуни первой в истории отечественной психологии докторской диссертации по психологии спорта (1952). Исследовательская проблематика советской психологии спорта в 60-80 годы. Формирование и развитие научных исследований в рамках Ленинградской и Московской школ психологии спорта. Состояние психологии спорта в РФ после распада СССР.</p>	<p>Знание:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ азов истории отечественной психологии спорта;</li> </ul> <p>Умение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ учитывать личностный фактор при структурировании материала (реферат, презентация);</li> <li>▪ грамотно излагать знание литературных источников на семинарских и практических учебных занятиях;</li> </ul> <p>Навык/имеет опыт/ владение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ приведения примеры, идеи основных концепций, даты и имена учёных, внесших весомый вклад в историю психологии на разных этапах её развития;</li> <li>▪ изложения литературных источников на семинарских занятиях.</li> </ul>

#### 4.2 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

##### ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	<p>Лекция №1. История психологии: предмет, периодизация, методы. История психологии как изучение изменений представлений учёных о психических феноменах, предмете психологии, методах и ее структуре. Периодизация развития психологии. Концепции развития научного знания.</p>	2

1	<p>Лекция №2. Предпосылки возникновения и развития психологических знаний.</p> <p>Возникновение натурфилософских учений о душе в трудах древнегреческих мыслителей. Научные воззрения о душе в учениях ранних античных философов (Фалес, Левкипп, Демокрит, Гераклит). Представления о психике врачей-философов Алкмеона и Гиппократов. Философско-психологические учения о душе Сократа, Платона, Аристотеля. Эпикур и Лукреций Кар о душе человека. Психологические воззрения стоиков. Психофизиология Гелена. Учения философов и врачей Александрийской школы в понимании природы психики и её связи с мозгом и телом человека.</p>	2
2	<p>Лекция №3. Зарождение психологических знаний в средневековье и эпоху возрождения (XV-XVII вв.)</p> <p>Возрождение идей Аристотеля о душе. Богословские учения Плотина и Августина. Неоплатонизм. Христианские представления о божественном духе и душе. Верование о психике Ф.Аквинского. Развитие психологии в рамках христианской доктрины. Патристика – учение отцов церкви о душе. Возникновение номинализма в объяснении психических явлений. Восточные учения о психике человека Авиценны и Аверроэса. Борьба католической церкви с материалистическими воззрениями в психологии. Влияние искусства эпохи Возрождения на формирование материалистических представлений о закономерностях мышления и сознания человека.</p>	2
3	<p>Лекция №4. Экскурс в историю зарубежной психологии</p> <p>Формирование естественно-научного мировоззрения в период XVII-XIX столетий и его воздействие на развитие психологических воззрений на мир и человека. Субъективно-идеалистическая психология Э.Кондильяка, Д.Беркли, Д.Юма. Психологические воззрения Ф.Бекона и Р.Декарта о двойственной природе психики и сознания человека. Обоснование принципа детерминизма в познании психических явлений в психологических теориях Т.Гоббса и Б.Спинозы. Учение материалистов-сенсуалистов о душе и способностях человека в трудах Дж. Локка, Ж.Ламетри, К.Гельвеция, Э.Кондильяка, Ж.Руссо. Английская ассоциативная психология.</p>	2
3	<p>Лекция №№5, 6. Основные зарубежные психологические школы</p> <p>Три парадигмы методологии зарубежных теорий личности. Основные группы зарубежных теорий личности (психодинамическая, диспозиционная, феноменологическая и теории научения). Ведущие зарубежные теории личности: психодинамические (З.Фрейд, А.Адлер, К.Юнг); диспозиционные (теории личностных черт (Г.Олпорт, Р.Кеттел, Г. Айзенк), биологические(Крейчмер, Шелдон); феноменологические (гуманистические (А.Маслоу, К.Роджерс, Р.Мей, В.Франкл и др.), когнитивные (Дж.Келли), мотивационные (Аткинсон); теории научения (теории оперантнообуславливания (Б.Скиннер, Торндайк) и социального научения (А.Бандура, Дж.Роттер)</p>	4
4	<p>Лекция №7. Экскурс в историю отечественной психологии.</p> <p>Начальный этап (XVIII-XIX вв) формирования основ российской психологии в трудах М.В. Ломоносова, Я.П.Козельского, К.Д. Кавелина,</p>	2

	русских врачей И.М. Балинского, И.П.Мержеевского, В.Ф.Чиж, В.М.Бехтерева и др. Психология в работах русских богословов и писателей-социалистов: А.П. Зубовского, Н.А. Добролюбова, А.И.Герцена, В.Г. Белинского, А.Н.Радищева, Н.Г.Чернышевский. Развитие российской психологии в советский период.	
4	Лекция №№8, 9. Основные отечественные психологические школы Ведущие отечественные психологические теории личности: московская школа деятельностная (С.А.Рубинштейн, А.Н.Леонтьев, Л.И.Божович, Д.Б.Эльконин), ленинградская (А.Ф.Лазурский, Б.Г.Ананьев, В.Н.Мясищев), грузинская школа (Д.Н.Узнадзе), пермская школа (В.С.Мерлин. Б.Я.Вяткин).	4
4	Лекция №10. Здоровая личность Личность как базовая психологическая категория. Проблема определения «здоровой личности» в разных психологических школах.	2
5	Лекция №11. Экскурс в отечественную психологию спорта. Психология спорта: установление термина. Этапы развития отечественной психологии спорта. А.Ц. Пуни и П.А. Рудик – «отцы» отечественной психологии спорта.	2

#### *ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА*

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Занятие №1. Период возникновения первых психологических учений о душе человека. Предпосылки возникновения и развития психологических знаний. 1.Имена античных учёных, создавших свои концепции о душе человека. 2.Понимание феномена души в трудах античных врачей. 3.Представления о природе психики Сократа, Платона, Аристотеля 4.Учения о душе в Пифагорейской школе. 5. Психологические воззрения материалистов Древней Греции. Студенты по подгруппам определяют авторов высказываний, древних ученых, врачей и философов о душе и психике. В случае несогласия другие участники называют свои варианты. Определяется подгруппа по количеству правильных ответов. Презентации двух студентов в случае необходимости дополняет преподаватель	2
2	Занятие №2. Психологические воззрения в период средневековья и эпохи возрождения. Зарождение психологических знаний в средневековье и эпоху возрождения (XV-XVII вв.) Семинар 2.* Психологические воззрения в период средневековья и эпохи возрождения. 1. Что такое богословие и его влияние на историю психологии. 2.Христианские учения о природе души и духа. 3. Возникновение борьбы церкви с материалистическими учениями о природе психики. 4. Что такое патристика и номинализм в объяснении психических явлений? 5.Учение Дж. Бруно о психике. 6. Восточные учения о природе психики.	2

	<p>Задания студентам аналогично предыдущему занятию, только в отношении богословских учений, христианской доктрины, восточных учений.</p> <p>1 текущий контроль: опрос по теме «Возникновение психологических знаний»</p>	
3	<p>Занятие №3. Зарождение современной зарубежной психологии.</p> <p>1. Чем отличается научно-естественное мышление от гуманитарного?</p> <p>2. Возникновение научно-естественного мировоззрения учёных в понимании природы психики.</p> <p>3. Возникновение субъективно-идеалистической психологии.</p> <p>4. Учение о душе французских материалистов</p> <p>5. Возникновение представлений о двойственности психики в учениях европейских мыслителей.</p> <p>6. Формирование немецкой психологии о духе и душе народов.</p> <p>7. Возникновение ассоциативной психологии.</p>	2
3	<p>Занятие №4. Психодинамическое направление в зарубежной психологии. Студенты знакомят других с особенностями выбранной теории личности (темы выбираются и согласуются заранее): основные понятия, общее и особенное</p> <p>2 текущий контроль: представление направления в зарубежной психологии</p>	2
3	<p>Занятие №5. Бихевиористическое направление в зарубежной психологии. Студенты знакомят других с особенностями выбранной теории личности (темы выбираются и согласуются заранее): основные понятия, общее и особенное.</p>	2
3	<p>Занятие №6. Диспозиционное направление в зарубежной психологии. Студенты знакомят других с особенностями выбранной теории личности (темы выбираются и согласуются заранее): основные понятия, общее и особенное</p>	2
3	<p>Занятие №7. Феноменологическое направление в зарубежной психологии. Студенты знакомят других с особенностями выбранной теории личности (темы выбираются и согласуются заранее): основные понятия, общее и особенное.</p>	2
4	<p>Занятие №8. Начальный этап (XVIII-XIX вв) формирования основ российской психологии. Первые отечественные психологические теории. Начальный этап (XVIII-XIX вв) формирования основ российской психологии.</p> <p>1. Взгляды М.В. Ломоносова, Я.П.Козельского, К.Д. Кавелина, русских врачей И.М. Балинского, И.П.Мержеевского, В.Ф.Чижа, В.М.Бехтерева и др.</p> <p>2. Психология в трудах русских социалистов и богословов.</p> <p>3. Идеи В.М.Бехтерева и А.Ф.Лазурского.</p> <p>Обсуждение и составление студентами своего рода «психологического отечественного дерева» («родословной»), начиная с работ А.Ф.Лазурского, В.М.Бехтерева.</p>	2
4	<p>Занятие №9. Московская и Ленинградская/петербургская психологическая школа.</p> <p>Студенты (2-3 чел.) знакомят других с особенностями выбранной психологической концепцией (темы выбираются и согласуются заранее), при этом обязательное условие – подготовка вопросов к аудитории</p> <p>3 текущий контроль: представление отечественной психологической школы</p>	2

4	<p>Занятие №10 «Пермская и грузинская психологические школы»</p> <p>Студенты (2-3 чел.) знакомят других с особенностями выбранной психологической концепцией (темы выбираются и согласуются заранее), при этом обязательное условие – подготовка вопросов к аудитории 1 рубежный (каф) контроль: опрос по теме «История психологии: зарубежный и отечественный аспект возникновения и развития»</p>	2
4	<p>Занятие №11. Проблема исследования личности.</p> <p>Отличия в понимании личности в зарубежной и отечественной психологии. Методы исследования личности.</p>	2
5	<p>Занятие №12. История отечественной психологии спорта как ракурс истории психологии. Школа А.Ц.Пуни и школа П.А.Рудика.</p> <p>Деловая игра: «Негласное» противостояние» Студенты заранее распределившись на две группы, становятся «оппонентами» при обсуждении роли ленинградской и московской школ психологии спорта (за каждый аргумент начисляется очко).</p> <p>4 текущий контроль: опрос по теме «История отечественной психологии спорта»</p>	2
5	<p>Занятие 13 «Круглый стол «Основные научные проблемы современной психологии спорта, или какой мой научный интерес».</p> <p>Данное занятие подразумевает представление первоначального интереса к психологии спорта.</p> <p>5 текущий контроль: План (программа) психодиагностического исследования</p>	2



## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Батыршина, А. Р. История психологии : учебное пособие / А. Р. Батыршина. – 3-е изд. стер. – Москва : ФЛИНТА, 2021. – 223 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83082>
2. Векилова, С. А. История психологии : учебник и практикум для вузов / С. А. Векилова, С. А. Безгодова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 324 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05931-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511723>
3. Ильин, Г. Л. История психологии : учебник для вузов / Г. Л. Ильин. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 389 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15719-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510893>
4. Сарычев, С. В. История психологии в 2 ч. Часть 1 : учебное пособие для вузов / С. В. Сарычев, И. Н. Логвинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 279 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02913-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514530>
5. Сарычев, С. В. История психологии в 2 ч. Часть 2 : учебное пособие для вузов / С. В. Сарычев, И. Н. Логвинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02914-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514552>

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Ждан, А.Н. История психологии от Античности до наших дней : учебник / А.Н. Ждан ; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова. — 9-е изд., испр. и доп. — Москва : Трикта : Академический Проект, 2012. — 586, [1] с. : ил.
2. Игнатова, В. В. История психологии : учебное пособие / В. В. Игнатова. — Красноярск : СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва, 2019. — 76 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/147551> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Ильин, Е.П. История психологии : учебник / Е.П. Ильин. — Москва : Юрайт, 2013. — 389 с. : ил.
4. Константинов, В. В. История психологии. Тесты : учебное пособие для вузов / В. В. Константинов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 18 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15510-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519687>
5. Марцинковская, Т.Д. История психологии : учебник / Т.Д. Марцинковская. — 10-е изд., испр. — Москва : Академия, 2015. — 543, [1] с.
6. Руденко, А.М. История психологии в схемах и таблицах : учебное пособие / А.М. Руденко. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2015. — 154, [1] с. : ил.
7. Фокина, И. В. История психологии : учебное пособие / И. В. Фокина, Е. М. Калинкина. — Вологда : ВоГУ, 2017. — 96 с. — ISBN 978-5-87851-722-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/171235> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
8. Фомина, Ю. И. История психологии : учебное пособие : в 2 частях / Ю. И. Фомина. — Тула : ТулГУ, 2022 — Часть 1 — 2022. — 214 с. — ISBN 978-5-7679-4972-4. — Текст :

- электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/226286> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Фомина, Ю. И. История психологии : учебное пособие : в 2 частях / Ю. И. Фомина. — Тула : ТулГУ, 2022 — Часть 2 — 2022. — 223 с. — ISBN 978-5-7679-4974-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/264056> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Шутова, О. И. История психологии : учебное пособие / О. И. Шутова. — Волгоград : ВолгГМУ, 2019. — 244 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/141180> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение № 2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55\* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165\*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №317** (2 этаж, нежилое помещение № 5) – Специализированная мебель: Учебный стол-15шт, скамья-15шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., кушетка-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X125H-1шт., экран переносной-1шт., ноутбук SONYVAIOVPC-CW1E1R/BU-1шт.
- **Кабинет психорегуляции ( аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации)** (2 этаж, нежилое помещение № 20) – Кресло-30 шт., аудио система Sony Hi-Fi с Wi-Fi/BLUETOOTH, компьютерный комплекс НС "Психотест"-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№ лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№ лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Операционная система ROSA Enterprise RU – № лицензии srl00510-1s-f-201118-14 по rl00510-1s-f-201118-44 от 20.11.2018 г., срок использования – бессрочно. Creative cloud for teams ALL APPs ALL Multiple Platforms (для работы с фотографиями, дизайном, видео, веб-контентом, UX) № лицензии 02FA6426B041BB81E77A от 18.08.2020г., срок использования – ежегодная пролонгация. Программное обеспечение для видеоконференций Polycom RealPresence Desktop, № лицензии 5150-75109-001 от 19.11.2018г., срок использования – бессрочно. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. Statgraphics Centurion – Сублицензионный договор № К-05 от 04.02.2015г. срок использования – бессрочно. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

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

**Кафедра педагогики**

Рабочая программа дисциплины

**НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *(зачет с оценкой)*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>	
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-8.	ОПК - 8.1 <b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.	<b>Знает:</b> - понятие и классификация систем; - структуру и закономерности функционирования педагогических систем; - особенности системного подхода в научном познании; - основные технологии поиска и сбора информации; - форматы представления информации в компьютере; - правила использования ИКТ и средств связи; - информационно-поисковые системы и базы данных; - технологию осуществления поиска информации; - технологию систематизации полученной информации; - способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов; - основы работы с текстовыми, графическими редакторами, электронными таблицами, электронной почтой и браузерами; - виды и формы работы с педагогической и научной литературой; - требования к оформлению библиографии (списка литературы) <b>Умеет:</b> - работать с информацией, представленной в различной форме; - обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; - синтезировать информацию, представленную в различных источниках; - использовать контент электронной информационно-образовательной среды; - анализировать информационные ресурсы; - отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок; - обосновывать способы решения задач научно-исследовательской направленности с позиций системного подхода;

		<p>Имеет опыт: - работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; - использования методики аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем (предметизация, аннотирование, реферирование); - критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам развития образовательного процесса.</p>
	<p><b>ОПК- 8.2 Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>ОПК- 8.3 Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>	<p><b>Знает:</b> - роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения образовательного процесса; - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о педагогической деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных психолого-педагогических исследований; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в психолого-педагогических исследованиях; - методы получения и первичной обработки данных, составляющих информационную основу исследования, логику построения исследования; - основные источники получения информации в психолого-педагогических исследованиях; - научную терминологию, принципы, средства и методы научного исследования; - теоретические основы и технология организации научно-исследовательской и проектной деятельности; - назначение и область применения основных методов исследования в ФК и спорте; - алгоритм построения педагогического эксперимента; - способы обработки результатов исследования и анализ полученных данных; - требования к написанию и оформлению квалификационной работы; - способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; - правила применения корректных заимствований в текстах; - правила библиографического описания и библиографической ссылки.</p> <p><b>Умеет:</b> - самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления образовательного процесса; - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении образовательного процесса; - использовать научную терминологию; - классифицировать</p>

		<p>методологические подходы, средства и методы исследования; - актуализировать проблематику научного исследования; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВС; физкультурно-оздоровительной деятельности; организационно-управленческого процесса в ФСО (в зависимости от направленности ОПОП); - определять задачи научного исследования; - анализировать инновационные методики; - разрабатывать и формулировать гипотезу; - подбирать и использовать методы исследования; - использовать методы наблюдения, опроса, педагогического эксперимента; - использовать для обработки результатов исследований стандартные методы математической статистики (расчет числовых характеристик выборки, критерии проверки статистических гипотез, корреляционный анализ); - интерпретировать результаты собственных психолого-педагогических исследований; - анализировать и интерпретировать полученные результаты; - формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации; - составлять и оформлять список литературы; - представлять результаты собственных исследований перед аудиторией; - формулировать основные положения исследования в статьях сборников студенческих работ; - использовать технические и программные средства публичных выступлений.</p> <p>Имеет опыт: - использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, педагогического контроля и методического обеспечения образовательного процесса; - выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов педагогической деятельности в соответствии с направленностью образовательной программы; - публичной защиты результатов собственных научных исследований.</p>
--	--	--

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения 4 семестр*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	36				36				
В том числе:									
Занятия лекционного типа	12				12				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	24				24				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6				6				
Самостоятельная работа студента	66				66				
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>108</b>			<b>108</b>				
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>			<b>3</b>				



#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Современные тенденции развития отечественного образования.	<p>Цель, задачи практической педагогической деятельности и научно-методической деятельности специалистов. Нормативные документы в сфере образования. Предпосылки развития современной педагогической науки. Взаимосвязь учебной, научной и методической деятельности. Общие требования к содержанию образования. Принципы государственной политики в области образования. Структура системы образования. Свойства современного образования. Особенности реализации образовательных программ в сфере ФКиС.</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль исследовательской деятельности в повышении эффективности планировании, контроля, методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов;</li> <li>- тенденции развития физической культуры и спорта; - направления и перспективы развития образования в области физической культуры и спорта; - методологические предпосылки (современные общенаучные подходы, конкретно-методологические установки) в исследовании физической культуры;</li> </ul>
2.	<p>Инновационные направления развития педагогической теории и практики в системе российского образования. (педагогические новаторы).</p>	<p>Отрицательные тенденции образовательной системы второй половины XX в. Основные направления инновационного поиска на современном этапе развития системы образования в России. Стратегия обновления и развития российского образования. Инновационные направления научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Характеристика инновационных проектов, используемых в российском образовании. Особенности современных образовательных технологий. Сущность и особенности передового педагогического опыта. Главная цель анализа и обобщения передового педагогического опыта. Методика обобщения и распространения передового педагогического опыта. Этапы обобщения передового педагогического опыта. Критерии оценки передового опыта.</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования;</li> <li>- информационные технологии;</li> <li>- формулирование и представление обобщения и выводов;</li> <li>- требования к написанию и оформлению квалификационной работы;</li> <li>- способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования;</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- раскрывать структуру и основу теории организационно-управленческой и научно-исследовательской деятельности; - использовать передовой опыт образовательной деятельности</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- научной терминологией, принципами, закономерностями, средствами, методами</li> </ul>

		Характеристика педагогических идей и педагогической деятельности педагогов-новаторов	исследования; -информационными технологиями. -внедрением передового опыта образовательной деятельности;
3.	Сущность научно-методической деятельности в образовательном учреждении.	Научно- методические подходы к подготовке специалистов. Сущность и структурные компоненты педагогической деятельности. Цель и задачи научно-методической деятельности в учебном заведении. Содержание научно-методической деятельности в нормативно-правовых документах (закон «Об образовании в РФ», ФГОС), типовые учебные планы, программы, учебники, учебные пособия). Формы организации научно-методической деятельности в образовательном учреждении: коллективные, групповые, индивидуальные.	<b>Знать:</b> - актуальные проблемы и тенденции развития научного знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий), контрольно-измерительных и контрольно-оценочных средств; - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, вида спорта; <b>Уметь:</b> -раскрывать содержание и планирования научно-методической деятельности; <b>Владеть:</b> - содержанием и планирование научно-методической деятельности; -структурой и основами теории организационно-управленческой и научно-исследовательской деятельности;
4.	Научное познание и наука, связь теории и практики.	Наука как специфическая деятельность. Специфика педагогики как отрасли научного знания. Основные функции науки. Сущность педагогического знания. Педагогическая наука и педагогическая практика. Способы познания: стихийно-эмпирическое и научное познание. Предпосылки развития современной педагогики. Особенности педагогической деятельности в современной общественной ситуации.	<b>Знать:</b> -научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; - передовой опыт образовательной деятельности; <b>Уметь:</b> -строить алгоритм построения педагогического эксперимента - использовать передовой опыт образовательной деятельности <b>Владеть:</b> -внедрением передового опыта образовательной деятельности;
5.	Понятие о методологии педагогической науки и методологической	Сущность методологии педагогики. Формы и функции методологического знания. Уровни методологического	<b>Знать:</b> научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; <b>Уметь:</b>

	культуре педагога.	знания. Характеристика философского уровня педагогики. Исследовательские подходы. Методологическая культура педагога. Особенности проявления методологической культуры педагога. Классификация знания. Феномен ненаучного знания и его составляющие. Система обоснований научного знания и его признаки. Характеристика двух типов культур и двух научно-исследовательских парадигм	-использовать научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; <b>Владеть:</b> научной терминологией, принципами, закономерностями, средствами, методами исследования;
6.	Традиционное педагогическое исследование: этапы, общая логика исследования.	Этапы педагогического исследования. Логика педагогического исследования. Методологические признаки научного исследования. Количественная и качественная обработка данных. Интерпретация данных. Формулирование выводов. Разработка практических рекомендаций. Прогноз развития явления в будущем. Требования к написанию ВКР.	<b>Знать:</b> научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; алгоритм построения педагогического эксперимента; <b>Уметь:</b> -использовать информационные технологии; -формулировать и представлять обобщения и выводы; - учитывать требования к написанию и оформлению квалификационной работы; -способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования; - строить алгоритм построения педагогического эксперимента <b>Владеть:</b> научной терминологией, принципами, закономерностями, средствами, методами исследования; - навыками обобщения и подведения выводов; - перечнем требований написания и оформления квалификационной работы
7.	Особенности, виды педагогической литературы. Способы получения и переработки	Функции анализа научной литературы. Виды современной педагогической литературы. Требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников.	<b>Знать:</b> научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; <b>Уметь:</b> -использовать передовой опыт образовательной деятельности

	информации.	Формы работы с педагогической литературой. Основные базы данных в сети Интернет, содержащие информацию о зарубежных и российских исследованиях в области физической культуры и спорта.	<b>Владеть:</b> -внедрением передового опыта образовательной деятельности;
8.	Научно-методическая компетентность специалиста в сфере ФКиС	Сущность компетентности. Содержание педагогической компетентности. Структура, механизм формирования, пути совершенствования научно-методической компетентности специалиста по физической культуре и спорту. Педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование научно-методической компетентности будущих специалистов в области физической культуры и спорта.	<b>Знать:</b> -научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; -технологии развития компетентности; <b>Уметь:</b> - использовать технологии развития компетентности; <b>Владеть:</b> -технологией развития компетентности;
9.	Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.	Сущность педагогического творчества. Продукты творчества в сфере образования. Условия организации учебного процесса для развития творческого потенциала личности. Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта. Творческие способности специалиста. Условия организации учебного процесса для развития творческих способностей специалиста в области физической культуры и спорта. Развитие творческих способностей на занятиях по педагогическим дисциплинам.	<b>Знать:</b> -научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; -технологии развития творческих способностей и инициатив; <b>Уметь:</b> - использовать технологии развития творческих способностей и инициатив; <b>Владеть:</b> -технологией развития творческих способностей и инициатив;
10.	Развитие педагога в процессе профессиональной деятельности.	Психология студенчества и высшее образование. Обучение в вузе как фундамент будущей карьеры. Источники самообразования. Социально-профессиональная адаптация специалиста. Профессионализм и мастерство педагога. Критерии мастерства педагога. Педагогический дневник, как	<b>Знать:</b> -научную терминологию, принципы, закономерности, средства, методы исследования; <b>Уметь:</b> -использовать передовой опыт образовательной деятельности <b>Владеть:</b> -внедрением передового опыта образовательной деятельности;

	копилка педагогического мастерства. Особенности работы с педагогическим дневником Педагогический дневник воспитателя. Педагогический дневник классного руководителя. Педагогический дневник отрядного педагога. Педагогический дневник учителя физкультуры.	
--	---	--

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ  
**ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА**

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p><b>Лекция № 1. Тема: Современные тенденции развития отечественного образования.</b></p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сущность и содержание курса «Научно-методическая деятельность».</li> <li>2. Взаимосвязь практической педагогической деятельности, педагогической науки и научно-методической деятельности специалистов.</li> <li>3. Нормативные документы в сфере образования (закон «Образование РФ», ФГОС и другие).</li> <li>4. Принципы государственной политики в сфере образования.</li> <li>5. Особенности реализации образовательных программ в сфере ФКиС.</li> <li>6. Свойства современного образования.</li> </ol>	2
2.	<p><b>Лекция № 1. Тема: : Основные направления инновационного поиска на современном этапе развития системы образования в России.</b></p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отрицательные тенденции образовательной системы второй половины XX в.</li> <li>2. Основные направления инновационного поиска на современном этапе развития системы образования в России.</li> <li>3. Характеристика инновационных проектов в российском образовании.</li> <li>4. Современные образовательные технологии.</li> </ol>	
3.	<p><b>Лекция № 2. Тема: Сущность научно-методической деятельности.</b></p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сущность и специфика педагогической деятельности, её компоненты.</li> <li>1. Научно-методические подходы к подготовке специалистов.</li> <li>2. Цель и задачи научно-методической деятельности в учебном заведении</li> <li>3. Содержание научно-методической деятельности.</li> <li>4. Формы организации научно-методической деятельности, механизмы, пути развития.</li> </ol>	2
4.	<p><b>Лекция № 2. Тема: Наука и научное познание. Связь педагогической науки и педагогической практикой</b></p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наука как специфическая деятельность.</li> <li>2. Специфика педагогики как отрасли научного знания.</li> <li>3. Взаимосвязь педагогической науки и педагогической практикой.</li> <li>4. Предпосылки развития педагогической науки.</li> </ol>	
5.	<p><b>Лекция № 3 .Тема: Понятие о методологии педагогической науки и методологической культуре педагога.</b></p> <p>План:</p>	2

	<p>1. Сущность методологии педагогики.</p> <p>2. Формы и функции методологического знания.</p> <p>3. Уровни методологического знания.</p> <p>4. Характеристика философского уровня педагогики.</p> <p>5. Методологические подходы, используемые в педагогике.</p> <p>6. Методологическая культура педагога. Особенности проявления методологической культуры педагога.</p>	
6.	<p><b>Лекция № 4. Тема: Традиционное педагогическое исследование: этапы, общая логика исследования.</b></p> <p>План:</p> <p>1. Этапы педагогического исследования.</p> <p>2. Логика педагогического исследования.</p> <p>3. Методологические признаки научного исследования.</p> <p>4. Методы исследования в педагогике.</p> <p>5. Виды педагогических экспериментов.</p>	2
7.	<p><b>Лекция № 5. Тема: Особенности, виды педагогической литературы. Способы получения и переработки информации.</b></p> <p>План :</p> <p>1. Функции анализа научной литературы.</p> <p>2. Виды современной педагогической литературы.</p> <p>3. Требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников.</p> <p>4. Формы работы с педагогической литературой.</p> <p>5. Научно-методическая компетентность специалиста в области физической культуры и спорта и условия её формирования.</p>	2
9.	<p><b>Лекция № 6. Тема: Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.</b></p> <p>План:</p> <p>1. Сущность педагогического творчества.</p> <p>2. Продукты творчества в сфере образования.</p> <p>3. Условия организации учебного процесса для развития творческого потенциала личности.</p> <p>4. Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.</p>	2
10.	<p><b>Лекция № 6. Тема: Развитие педагога в процессе профессиональной деятельности.</b></p> <p>План:</p> <p>1. Психология студенчества и высшее образование.</p> <p>2. Функции и источники самообразования.</p> <p>3. Социально-профессиональная адаптация педагога.</p> <p>4. Профессионализм и мастерство педагога.</p> <p>5. Педагогический дневник как средство саморазвития и самообразования.</p>	
	Итого	12 час.

#### *ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА*

№ темы	Содержание занятий	Кол-во часов
1.	<p><b>Тема: Введение в курс «Научно-методическая деятельность в образовании».</b></p> <p>План:</p>	2

	<p>1.Взаимосвязь учебной, научной и методической деятельности.  2.Общие требования к содержанию образования.  3. Нормативные документы в сфере образования. 4. Принципы государственной политики в области образования.  5. Особенности реализации образовательных программ в сфере ФКС.  .6. Основные свойства современного образования.</p> <p>Вопросы:</p> <p>1.Раскройте взаимосвязь учебной, научной и методической деятельности.  2.Обоснуйте общие требования к содержанию образования.  3.Назовите принципы государственной политики и основные свойства современного образования.  4.По каким показателям можно судить о качестве образования в физкультурном вузе.  5.Охарактеризуйте особенности научно-методической деятельности на современном этапе.</p>	
2*.	<p><b>Тема: Инновационные направления развития педагогической теории и практики.</b></p> <p>План:</p> <p>1.Инновационные направления научных исследований в сфере физической культуры и спорта.  2. Инновационные проекты.  3.Инновационные направления развития в педагогической теории и практической деятельности.</p> <p>Вопросы:</p> <p>1.Назовите инновационные направления научных исследований в сфере физической культуры и спорта.  2.Охарактеризуйте инновационные проекты.  3.Раскройте содержание инновационных направлений развития педагогической теории и практической деятельности.</p>	2
2	<p><b>Тема: Технологический подход в образовании, отличительные признаки образовательных технологий.</b></p> <p>План:</p> <p>1.Понятие технологии обучения и значение в педагогической деятельности. 2. Признаки педагогических технологий и их взаимосвязь с педагогическим мастерством. 3, Характеристики технологий обучения: традиционная (репродуктивная); технология развивающего обучения (Л.В.Занкова); модульная технология, игровая, проблемная.</p> <p>Вопросы:</p> <p>1.Раскройте понятия «методика», «технология обучения». Что общего и различного в этих понятиях? 2. Каковы особенности традиционных методик и современных методик и технологий обучения? 3. Что является показателем эффективности современной технологии обучения?</p>	2
2	<p><b>Тема: Современные образовательные технологии.</b></p> <p>План:</p> <p>1. Педагогическая технология на основе личностной ориентации педагогического процесса. 2.Педагогическая технология на основе активизации</p>	2

	<p>и интенсификации деятельности учащихся. 3. Технология развивающего обучения Д.Б.Эльконина, В.В.Давыдова.</p> <p>Вопросы:</p> <p>1. Раскройте сущность технологии на основе личностной ориентации педагогического процесса, приведите примеры использования элементов этой технологии на учебно-тренировочных занятиях по вашему виду спорта.</p> <p>2. Раскройте понятие игры и игрового метода, как средств активизации и интенсификации обучения. 3. Приведите пример игровой задачи творческого характера в вашем виде спорта. 4. Раскройте сущность и значение проблемного обучения.</p>	
3	<p><b>Тема: Сущность научно-методической деятельности, цель задачи и формы организации.</b></p> <p>План:</p> <p>1. Цель и задачи научно-методической деятельности в образовательном учреждении.</p> <p>2. Содержание научно-методической деятельности в нормативно-правовых документах. 3. Формы организации научно-методической деятельности в образовательном учреждении (коллективные, групповые, индивидуальные).</p> <p>4. Научно –методическая компетентность специалиста в области физической культуры и спорта и ее составляющие.</p> <p>5. Педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование научно- методической компетентности будущих специалистов в области физической культуры и спорта.</p> <p>Вопросы: дискуссия.</p> <p>1. Раскройте содержание научно-методической деятельности, используя нормативно-правовые документы методической деятельности.</p> <p>2. Охарактеризуйте научно – методическую компетентность специалиста в области физической культуры и спорта и ее составляющие.</p> <p>3. Обоснуйте пути развития научно- методической компетентности специалиста по физической культуре и спорту.</p> <p>4. Назовите педагогические условия, обеспечивающие эффективное формирование научно- методической компетентности будущих специалистов в области физической культуры и спорта.</p>	2
4*.	<p><b>Тема: Изучение и обобщение передового педагогического опыта педагогов-новаторов.</b></p> <p>План:</p> <p>1. Критерии оценки передового опыта.</p> <p>2. Характеристика педагогических идей и педагогической деятельности педагогов-новаторов (Ш. А. Амонашвили, И. П. Волков, Е. Н. Ильин, С. Н. Лысенко, Н. Н. Палтышев, В. Ф. Шаталов, М. П. Щетинин).</p> <p>3. Анализ научных идей педагогов-новаторов.</p> <p>Вопросы: Выполнение практического задания.</p> <p>1. Назовите критерии оценки передового опыта.</p> <p>2. Проанализируйте и опишите сходство и различия педагогической деятельности педагогов- новаторов и их педагогических идей.</p> <p>3. Каким образом Вы будете анализировать научные идеи педагогов-новаторов?</p>	2
5.	<p><b>Тема: Понятие о методологии педагогической науки и методологической культуре педагога.</b></p> <p>План:</p> <p>1. Классификация знания.</p> <p>2. Феномен ненаучного знания и его составляющие.</p>	2



	<p>3. Система обоснований научного знания и его признаки. 4. Характеристика двух типов культур и двух научно-исследовательских парадигм.</p> <p>5. Основные функции науки.</p> <p>6. Сущность педагогического знания.</p> <p style="text-align: center;">Вопросы:</p> <p>1. Раскройте классификацию знаний.</p> <p>2. Охарактеризуйте феномен ненаучного знания и его составляющие.</p> <p>3. Проанализируйте систему обоснований научного знания и его признаки.</p> <p>4. Дайте характеристику двух типов культур и двух научно-исследовательских парадигм.</p> <p>5. Опишите основные функции науки.</p> <p>6. Раскройте сущность педагогического знания.</p>	
6.*	<p style="text-align: center;"><b>Тема: Традиционное педагогическое исследование: этапы, общая логика исследования.</b></p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Методологические характеристики научного исследования. 2. Этапы научного исследования.</p> <p>3. Количественная и качественная обработка данных.</p> <p>4. Интерпретация данных, формулирование выводов.</p> <p>5. Разработка практических рекомендаций.</p> <p>6. Прогноз развития явления в будущем.</p> <p style="text-align: center;">Вопросы: Выполнение практического задания.</p> <p>1. Каким образом осуществляется количественная и качественная обработка данных.</p> <p>2. Какие требования предъявляются к интерпретации данных?</p> <p>3. Какие требования предъявляются к формулированию выводов?</p> <p>4. <b>Раскройте алгоритм разработки практических рекомендаций.</b></p> <p>5. Каким образом осуществляется прогноз развития явления в будущем?</p>	2
6*	<p style="text-align: center;"><b>Тема: Классификация методов исследования в педагогике. Структура и требования к оформлению ВКР.</b></p> <p style="text-align: center;">План:</p> <p>1. Методы исследования в педагогике.</p> <p>2. Педагогический эксперимент в области физической культуры и спорта.</p> <p>3. Виды экспериментов.</p> <p>4. Структура и требования к оформлению ВКР.</p> <p style="text-align: center;">Вопросы и практические задания:</p> <p>1. Охарактеризуйте методы исследования в педагогике.</p> <p>2. Опишите требования, которые предъявляются к педагогическому эксперименту в области физической культуры и спорта.</p> <p>3. Раскройте виды экспериментов.</p> <p>4. структура и требования к оформлению ВКР.</p> <p>4. <b>Составление проспекта исследования.</b></p> <p>5. <b>Анализ формулировки компонентов методологического аппарата.</b></p>	2

7	<p><b>Тема: Особенности, виды педагогической литературы. Способы получения и переработки информации</b></p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Функции анализа научной литературы.</li> <li>2.Виды современной педагогической литературы.</li> <li>3.Требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников.</li> <li>4.Формы работы с педагогической литературой.</li> <li>5.Основные базы данных в сети Интернет, содержащие информацию о зарубежных и российских исследованиях в области физической культуры и спорта.</li> </ol> <p>Вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Раскройте функции анализа научной литературы.</li> <li>2. Охарактеризуйте виды современной педагогической литературы.</li> <li>3.Раскройте требования к составлению библиографии и оформлению литературных источников.</li> <li>4.Охарактеризуйте основные формы работы над педагогической литературой, покажите на конкретных примерах специфику разных форм работы: чтения книг, аннотирования, составления плана информационного текста, тезирования, конспектирования, цитирования.</li> </ol> <p><b>Работа с текстами педагогической направленности, составление аннотирования, составления плана информационного текста, тезирования, конспектирования, цитирования.</b></p>	2
10	<p><b>Тема: Коммуникативная культура специалиста в области физической культуры и спорта как фактор профессионально-педагогического становления личности.</b></p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Характеристика педагогического общения, виды стили педагогического общения.</li> <li>2. Методики выявления научной направленности на педагогическое общение.</li> <li>4. Индивидуальный подход в работе со специалистами.</li> </ol> <p>Вопросы: Деловая игра.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Охарактеризуйте научную направленность педагогического общения специалиста.</li> <li>2. Опишите типологию научной направленности личности специалиста по физической культуре и спорту на педагогическое общение.</li> <li>3.Обоснуйте выбор методик выявления научной направленности на педагогическое общение.</li> <li>4.Какой индивидуальный подход осуществляется в работе со специалистами.</li> </ol>	2
9*.	<p><b>Тема: Творческий потенциал специалиста в области физической культуры и спорта.</b></p> <p>План:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Творческие способности специалиста.</li> <li>2.Условия организации учебного процесса для развития творческих способностей специалиста в области физической культуры и спорта.</li> <li>3.Развитие творческих способностей на занятиях по педагогическим дисциплинам.</li> </ol> <p>Вопросы: Дискуссия. Деловая игра.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Какими творческими способностями должен обладать специалист, работающий в сфере физической культуры и спорта?</li> <li>2. Какие условия нужно создать для развития творческих способностей</li> </ol>	2

	<p>специалиста в области физической культуры и спорта?</p> <p>3.Каким образом можно развивать творческие способности на занятиях по педагогическим дисциплинам?</p> <p>Проведение игр, подбор ситуаций, способствующих развитию творческих способностей на занятиях по педагогическим дисциплинам.</p>	
--	--	--

\*интерактивные занятия

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Гороя, В. И. Научно-исследовательская работа : учебное пособие для вузов / В. И. Гороя. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 103 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14688-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519806>
2. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 232 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07632-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514551>
3. Неумоева-Колчеданцева, Е. В. Основы научной деятельности студента. Курсовая работа : учебное пособие для вузов / Е. В. Неумоева-Колчеданцева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 119 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09443-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/494059>
4. Шкляр, М.Ф. Основы научных исследований : учебное пособие / М.Ф. Шкляр. — 6-е изд. — Москва : Дашков и К°, 2017. — 208 с. — (Учебные издания для бакалавров). — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450782>

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Афанасьев, В. В. Методология и методы научного исследования : учебное пособие для вузов / В. В. Афанасьев, О. В. Грибкова, Л. И. Уколова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 154 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02890-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514435>
2. Бакшева, Т.В. Основы научно-методической деятельности : учебное пособие / Т.В. Бакшева, А.В. Кушакова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». — Ставрополь : СКФУ, 2014. — 122 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457140>
3. Бекасова, С.Н. Основы научно-методической деятельности : учебное пособие. - СПб. : [б. и.], 2009. — 220 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Данилов, А. В. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учебное пособие / А. В. Данилов, Г. М. Юламанова, Т. Ф. Емельёва. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2019. — 70 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/129825>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : [учебник]. - Москва : Академия, 2013. - 287, [1] с. : ил.
6. Корягина, Ю.В. Научно-методическое обеспечение сборных команд в спортивных играх : учебное пособие / Ю.В. Корягина, В.А. Блинов, С.В. Нопин ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея. — Омск : Издательство СибГУФК, 2016. — 138 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459420>

7. Мокий, М. С. Методология научных исследований : учебник для вузов / М. С. Мокий, А. Л. Никифоров, В. С. Мокий ; под редакцией М. С. Мокия. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 254 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13313-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510937>
8. Никитушкин, В.Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебник. - Москва : Советский спорт, 2013. - 279 с. : ил.
9. Попов, Г.И. Научно-методическая деятельность в спорте : учебник. - Москва : Академия, 2015. - 188, [1] с. : ил.
10. Селуянов, В.Н. Научно-методическая деятельность : учебник. - М. : Физическая культура, 2005. - 288 с.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link%20isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link%20isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №14** (3 этаж, нежилое помещение № 13) – Специализированная мебель: Учебный стол-48шт, скамья-48 шт., стол письменный-1шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55\* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165\*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400)-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №1** (3 этаж, нежилое помещение № 23) – Специализированная мебель: Учебный стол-20 шт.; скамья-20шт., письменный стол-1шт. стул - 4шт. Оборудование: Интерактивная доска Triumph Board Multi Touch New 78"-1шт., проектор Acer X138WH-1шт., экран DINON Manual220x220MW настенный-1шт., ноутбук Acer-1шт. Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - № лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

**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**

Рабочая программа дисциплины

**ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «Общая психология» составлена в соответствии с учебным планом подготовки бакалавров по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профиль «Психология спорта», в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования, утвержденными стандартами и положениями Университета. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе в 1 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>	
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

### 2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК - 8.1 <b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.	<b>Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных



	<p style="text-align: center;"><b>ОПК- 8.2 Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p style="text-align: center;"><b>ОПК- 8.3 Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>	<p>методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований. методов; - методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>
--	--	--

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>									
В том числе:									
Занятия лекционного типа	24	24							
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	38	38							
Промежуточная аттестация (экзамен)	18	18							
Самостоятельная работа студента	100	100							
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>180</b>	<b>180</b>						
	<b>зачетные единицы</b>	<b>5</b>	<b>5</b>						

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Психика, психические процессы	<p>Психика и сознание.</p> <p>Психика. Функции психики Основные концепции психического развития. Биосоциальная проблема. Уровни развития психики.</p> <p>Сознание – функции, структура.</p> <p>Ощущение и восприятие.</p> <p>Мышление. Память. Воображение. Внимание. Развитие психических процессов в спортивной, физкультурной и образовательной деятельности.</p>	<p><b>Знает:</b> - основные закономерности формирования психических процессов и проявление психофизиологических особенностей обучающихся в образовательном процессе.</p> <p>- методы диагностики, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем.</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>- эффективно взаимодействовать с другими членами команды, в т.ч. участвовать в обмене информацией, знаниями и опытом, и презентации результатов работы;</p> <p><b>Владеет:</b></p> <p>Методами диагностики и организации психолого-педагогических исследований.</p>
2.	Человек как субъект переживаний.	<p>Эмоции и чувства.</p> <p>Психологические основы эмоций. Основные понятия: переживание, эмоции и чувства. Классификация эмоций. Динамика эмоционального процесса. Эмоциональные состояния и формы их проявления.</p>	<p><b>Знает:</b> - методы диагностики, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем.</p>

			<p><b>Умеет:</b> - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их;</p> <p>- защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации.</p> <p><b>Владеет:</b></p> <p>Методами диагностики и организации психолого-педагогических исследований.</p>
3	Психические свойства.	Личность. Темперамент. Характер. Способности. Влияние темперамента и характера на сплоченность спортивной команды.	<p><b>Знает:</b> - методы диагностики, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем.</p> <p><b>Умеет:</b> - общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их;</p> <p>- защищать достоинство и интересы обучающихся и спортсменов, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации.</p> <p><b>Владеет:</b></p> <p>Методами диагностики и организации психолого-педагогических исследований.</p>

## 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

### ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	<b>Лекция № 1. Психология как наука. Проблемы развития и функционирования психики.</b> Психология как наука. Задачи психологии. Основные концепции психического развития. Биосоциальная проблема психики. Основные проблемы психологии. Основные методологические принципы психологии. Классификация психических явлений.	2
1	<b>Лекция № 2. Методы психологии</b> Построение психологического исследования. Формулировка проблемы. Выдвижение гипотезы. Проверка гипотезы. Интерпретация результатов исследования. Методы: - опроса, наблюдения, эксперимент, беседа, лонгитюд. Метод поперечных срезов.	2
1	<b>Лекция № 3. Психика и сознание</b> Функции психики Уровни развития психики. Бессознательное. Подсознание. Проблемы развития и функционирования психики. Принципы развития психики. . Сознание – функции, структура. Характеристика сознания. Сознание и деятельность. Активность, цель, антиципация, действие. Игра, учение, труд. Процесс формирования различных навыков.	2
1	<b>Лекция № 4. Ощущение.</b> Характеристика понятий ощущения. Классификация ощущений. Основные закономерности и свойства ощущений. Классификации ощущений: 1) по наличию или отсутствию непосредственного контакта с раздражителем, вызывающим ощущение; 2) по месту расположения рецепторов; 3) по времени возникновения в ходе эволюции; 4) по модальности (виду) раздражителя. Свойства ощущений: пороги ощущений, адаптация, сенситивность, сенсбилизация, синестезия. Ощущения интероцептивные; Ощущения проприоцептивные; Ощущения экстероцептивные;	2
1.	<b>Лекция № 5. Восприятие.</b> Характеристика понятий восприятия. Основные закономерности и свойства восприятий. Свойства восприятия - константность, предметность, целостность, осмысленность, апперцепция. Восприятие времени. Восприятие пространства. Восприятие движений.	2
1	<b>Лекция № 6. Мышление</b> Общее представление о мышление. Определение мышления. Проблема мышления в зарубежной и отечественной психологии. Виды мышления. Формы мышления. Мыслительные операции. Структура мыслительного процесса решения проблемы: 1. мотивация 2. анализ проблемы 3. поиск решения 4. логическое обоснование найденной идеи решения 5. реализация решения 6. проверка правильности решения 7. коррекция.	2
1	<b>Лекция № 7. Память как высшая психическая функция.</b> Общее представление о памяти. Запоминание. Сохранение. Воспроизведение. Забывание. Классификация видов памяти. Основные закономерности и свойства памяти. Методы, приемы и способы	2

	рационального запоминания. Аномалии памяти. Взаимодействие памяти и деятельности.	
1	<b>Лекция № 8. Воображение.</b> Понятие воображения. Отличие воображения от мышления. Функции воображения: 1) представлять действительность в образах и иметь возможность пользоваться ими, решая задачи; 2) регулирование эмоциональных состояний; 3) участие воображения в произвольной регуляции познавательных процессов и состояний человека; 4) формирование внутреннего плана действий; 5) планирование и программирование деятельности. Виды воображения. Приемы создания образов. Индивидуальные различия воображения. Аглютинация – как творческое воображение. Мечта, грезы.	2
1	<b>Лекция № 9. Внимание как объект исследования.</b> Внимание. Свойства внимания. Функции внимания. Виды внимания. Особенности и закономерности внимания. Методы изучения видов внимания.	2
2	<b>Лекция №10. Эмоциональная сфера психики.</b> Психологические основы эмоций. Основные понятия: переживание, эмоции и чувства. Классификация эмоций. Динамика эмоционального процесса. Свойства и функции эмоций. Коммуникативная, регуляторная, сигнальная, энергетическая.	2
3	<b>Лекция №11. Темперамент.</b> Общее понятие о темпераменте и характере. Свойства темперамента и нервной системы. Типы темперамента. Роль темперамента в жизнедеятельности человека. Типологии темперамента.	2
3	<b>Лекция №12. Характер</b> Понятие о характере. Структура характера. Типология характера. Акцентуация характера. Природа и проявление характера. Влияние темперамента и характера на сплоченность в команде.	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>24</b>

#### 4.3. ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<b>№ темы</b>	<b>Содержание занятий семинарского типа</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	<b>Практическое занятие 1. Тема «Классификация методов психологии»</b>  Организационные методы: сравнительный, лонгитюдный. Эмпирические методы: наблюдение, эксперимент, психодиагностические методы (тесты, анкеты, интервью), анализ продуктов деятельности, биографические методы. Методы обработки данных. Методы коррекции. Особенности личности.  Ознакомление с проективными психодиагностическими методами. Выполнение методики «Несуществующее животное».	2
3	<b>Практическое занятие 2. Тема «Личность».</b>  Формирование личностных качеств в условиях семьи и общества.	2

	Знакомство с методиками диагностики личностных качеств.	
1	<b>Семинар 1. Тема «Нравственность»</b> Просмотр и обсуждение фильма «Моральный выбор»	2
1	<b>Практическое занятие 3. Тема «Самооценка личности»</b> Понятие самооценки. Формирование образа «Я». Методики на определение самооценки. Диагностика самооценки студентов.	2
1	<b>Практическое занятие 4. Тема «Ощущение».</b> Практическая работа на определение ведущего вида и свойства ощущений в различных жизненных ситуациях.	2
1	<b>Практическое занятие 5. Тема «Восприятие».</b> Практическая работа на определение ведущего вида и свойства восприятия в различных жизненных ситуациях.	2
1	<b>Семинар 2. Тема «Восприятие пространства»</b> Просмотр и обсуждение фильма «Что вижу, в то и верю».	2
1	<b>Практическое занятие 6. Тема «Виды и особенности мышления»</b> Понятие о мышлении. Виды мышления. Формы мышления. Закономерности мышления. Индивидуальные особенности мышления. Выполнение методик диагностики абстрактного мышления. Выполнение упражнений на определение вида мышления актуализирующегося в конкретно заданной ситуации.	2
1	<b>Семинар 3. Тема «Мыслительные процессы»</b> Мыслительные процессы. Просмотр и обсуждение фильма «Тайна».	2
1	<b>Практическое занятие 7. «Общение».</b> Мышление и речь. Формы общения и виды речи. Невербальное общение. Игра «Пойми меня».	2
1	<b>Практическое занятие 8. «Общение».</b> Мышление и речь. Формы общения и виды речи. Невербальное общение. Игра «Пойми меня».	2
1	<b>Практическое занятие 9. Тема «Свойства внимания»</b> Понятие о внимании. Виды внимания по произвольности процессов.	2

	<p>Виды внимания в соответствии с его направленностью.</p> <p>Виды внимания по количеству выполняемой деятельности. Свойства внимания. Выполнение методики «Красно-черные таблицы». Составление упражнений на развитие различных свойств внимания.</p>	
1.	<p><b>Практическое занятие 10. Тема «Рациональные приемы заучивания»</b></p> <p>Понятие о памяти. Виды памяти. Закономерности памяти.</p> <p>Условия успешного произвольного запоминания. Условия, способствующие прочному произвольному запоминанию.</p> <p>Методика «Пиктограммы» - диагностика развития «культурной» памяти. Диагностика ведущего типа памяти по форме запоминания.</p>	2
2	<p><b>Семинар 4. Тема «Эмоции в жизни человека»</b></p> <p>Функции эмоций. Просмотр и обсуждение фильма «Следуй за лидером».</p>	2
2.	<p><b>Практическое занятие 11. Тема «Эмоциональные состояния».</b></p> <p>Классификация эмоциональных состояний. Эмоциональные состояния в тренировочном и соревновательном процессах. Регуляция эмоций в спортивной деятельности. Влияние эмоциональных состояний на межличностные отношения в группе и команде, принятие командных решений.</p>	2
3.	<p><b>Практическое занятие 12. «Акцентуация характера».</b></p> <p>Понятие о характере. Факторы формирования характера.</p> <p>Акцентуации характера. Понятие личности. Особенности развития личности. Социализация. Структура личности. Структура характера. Акцентуация характера. Природа и проявление характера. Типы и характеристики характера. Методика диагностики акцентуаций характера по Леонгарду.</p>	2
3.	<p><b>Практическое занятие 13. Тема «Способности».</b></p> <p>Характеристика способностей. Талант. Гениальность.</p> <p>Качественная и количественная характеристика способностей. Уровни развития способностей. Зависимость развития способностей от обучения. Сензитивные периоды развития способностей. Формирование способностей и развитие таланта. Характеристика способностей. Талант. Гениальность. Качественная и количественная характеристика способностей. Уровни развития способностей. Зависимость развития способностей от обучения.</p>	2



3	<b>Семинар 5. Тема «Конформизм»</b> Понятие конформизм. Просмотр и обсуждение фильма «Конформизм».	2
3	<b>Практическое занятие 14. Тема «Темперамент».</b> Общее понятие о темпераменте. Свойства темперамента и нервной системы. Типы темперамента. Роль темперамента в жизнедеятельности человека.	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>38</b>

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Бирюкова, Г.М. Общая психология : учебное пособие / Г.М. Бирюкова ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Москва : Юстицинформ, 2020. — 190 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
2. Иванников, В. А. Общая психология : учебник для вузов / В. А. Иванников. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 480 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-03357-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511083>
3. Общая психология. Введение в общую психологию : учебное пособие для вузов / Д. А. Донцов, Л. В. Сенкевич, З. В. Луковцева, И. В. Огарь ; под научной редакцией Д. А. Донцова, З. В. Луковцева. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 178 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07159-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516576>
4. Маклаков, А.Г. Общая психология : учебное пособие для студентов вузов и слушателей курсов психологических дисциплин / А.Г. Маклаков. — Санкт-Петербург : Питер, 2022. — 582 с. : ил.
5. Сосновский, Б. А. Общая психология : учебник для вузов / Б. А. Сосновский, О. Н. Молчанова, Э. Д. Телегина ; под редакцией Б. А. Сосновского. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 342 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07277-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516414>
6. Шадриков, В. Д. Общая психология : учебник для вузов / В. Д. Шадриков, В. А. Мазилев. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 411 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-03023-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510846>

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Айсмонтас, Б. Б. Общая психология: схемы : учебное пособие для вузов / Б. Б. Айсмонтас. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 290 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15134-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520241>
2. Барабанщиков, В. А. Общая психология: психология восприятия : учебное пособие для вузов / В. А. Барабанщиков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07433-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516266>
3. Гиппенрейтер, Ю.Б. Введение в общую психологию : курс лекций / Ю.Б. Гиппенрейтер. — Москва : АСТ, 2019. — 351, [1] с. : ил.
4. Дружинин, В.Н. Психология общих способностей : учебное пособие для вузов / В.Н. Дружинин. — 3-е изд. — Москва : Юрайт, 2020. — 349, [1] с. : ил.
5. Макарова, И. В. Общая психология : учебное пособие для вузов / И. В. Макарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01213-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510584>
6. Мищенко, Л. В. Общая психология. Задания для самостоятельной работы : учебное пособие для вузов / Л. В. Мищенко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва :

- Издательство Юрайт, 2023. — 215 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10833-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516208>
7. Нуркова, В. В. Общая психология : учебник для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 524 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02583-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510419>
  8. Психология : учебник и практикум для вузов / А. С. Обухов [и др.] ; под общей редакцией А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 404 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00631-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510664> Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии : [монография] / С.Л. Рубинштейн. — Санкт-Петербург : Питер, 2020. — 705, [7] с.
  9. Общая психология. Основные психические явления : учебник и практикум для вузов / В. Н. Панферов, А. В. Микляева, П. В. Румянцева, М. С. Андропова ; под редакцией В. Н. Панферова, А. В. Микляевой. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 373 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-5928-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511851>
  10. Столяренко, Л.Д. Психология : учебник / Л.Д. Столяренко. — Санкт-Петербург : Питер, 2019. — 591 с.
6. **ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»**, необходимый для освоения дисциплины (модуля):
- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
  - ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
  - ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
  - ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
  - [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
  - [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
  - [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
  - Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
  - Российское образование <http://www.edu.ru/>
  - Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
  - Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link is external)
  - Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link is external)
  - Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link is external)
  - Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

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

eLIBRARY.RU <http://www.elibrary.ru/>

Scopus <http://www.scopus.com/>

**Physical Therapy & Sports Medicine Collection** <http://infotrac.galegroup.com>

Web of Science apps.webofknowledge.com

Архив журналов РАН libnauka.ru

Журналы издательства SAGE Publications archive.neicon.ru

Состав программного обеспечения:

**Операционные системы:**

**Офисные пакеты приложений:**

Windows 10 Pro/Windows 10 Pro for Workstations

Windows 7 Enterprise K

Office 2007 Suites

Office Standard 2016

**Браузеры:**

Google Chrome

Opera

Mozilla Firefox

Internet Explorer

Yandex.Browser

**Архиваторы:**

7zip

**Программы просмотра PDF:**

Adobe Acrobat Reader

Foxit Reader

Sumatra PDF

**Связь:**

Skype

**Распознавание текста и конвертирование файлов:**

Abby fine reader Professional 12

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение №2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55\* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165\*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.

**Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №317** (2 этаж, нежилое помещение №5) – Специализированная мебель: Учебный стол-15шт, скамья-15шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., кушетка-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X125H-1шт., экран переносной-1шт., ноутбук SONYVAIOVPC-CW1E1R/BU-1шт.

**Кабинет психорегуляции (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации)** (2 этаж, нежилое помещение №20) – Кресло-30 шт., аудио система Sony Hi-Fi с Wi-Fi/BLUETOOTH, компьютерный комплекс НС "Психотест"-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия №af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – №лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Операционная система ROSA Enterprise RU – №лицензии cr100510-1s-f-201118-14 по rl00510-1s-f-201118-44 от 20.11.2018 г., срок использования – бессрочно. Creative cloud for teams ALL APPs ALL Multiple Platforms (для работы с фотографиями, дизайном, видео, веб-контентом, UX) №лицензии 02FA6426B041BB81E77A от 18.08.2020г., срок использования – ежегодная пролонгация. Программное обеспечение для видеоконференций Polycom RealPresence Desktop, №лицензии 5150-75109-001 от 19.11.2018г., срок использования – бессрочно. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. Statgraphics Centurion – Сублицензионный договор №К-05 от 04.02.2015г. срок использования – бессрочно. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор №К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия №348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

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

**Кафедра психологии имени А.Ц. Пуни**

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Рабочая программа дисциплины

Направленность (профиль) образовательной программы

**ПРОФИЛАКТИКА СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО  
Пытывания**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на \_\_3\_\_ курсе по очной и заочной формам обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Универсальные компетенции</b>	
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

### 2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-7	<p>УК-7.1. Знает: - оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; - основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>УК-7.2. Умеет: - отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; - определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p> <p>УК-7.3. Имеет опыт: - применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.</p>	<p><b>Знает:</b> оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; - основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p><b>Умеет:</b> отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; - определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p> <p><b>Владеет:</b> применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.</p>

## 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	30						30		
В том числе:									
Занятия лекционного типа	12						12		
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	18						18		
Промежуточная аттестация (зачет)	6						6		
Самостоятельная работа студента	72						72		
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>108</b>					<b>108</b>		
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>					<b>3</b>		

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

## 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Синдром эмоционального выгорания как психологический феномен	<p>Понятие эмоционального выгорания. История изучения "синдрома эмоционального выгорания". Х. Дж. Фрейденбергер - основатель теории эмоционального выгорания. Концепция К. Маслач. Критерии эмоционального выгорания: физические, эмоциональные, поведенческие, интеллектуальные и социальные симптомы. Стадии эмоционального выгорания (модели Дж. Гринберга, Б. Перман, Е.А. Хартпман, М. Буриша, Р.Т. Голембиевского и М.Ф. Музенридера, В.В. Бойко). Взаимосвязь эмоционального выгорания и здоровья индивида. Факторы, способствующие возникновению эмоционального выгорания: условия работы, ситуационные факторы, психологическая предрасположенность. Специфика эмоционального выгорания в разных профессиях (у педагогов, психологов, медиков, менеджеров и т.п.). Взаимосвязь синдрома</p>	<p><b>Знает:</b> оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; - основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p><b>Умеет:</b> отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; - определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p> <p><b>Владеет:</b> применение комплексов избранных физических упражнений</p>



		<p>эмоционального выгорания и параметров деятельности (профессиональной мотивации, эффективности и удовлетворенности деятельностью).</p> <p>Метод наблюдения в диагностике синдрома эмоционального выгорания. Опросные методики диагностики эмоционального выгорания. Диагностика состояния стресса. Диагностика отношения к работе. Диагностика предрасположенности к эмоциональному выгоранию.</p>	<p>(средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.</p>
2.	Профилактика и коррекция синдрома эмоционального выгорания	<p>Методы снижения профессионального стресса. Психогигиена профессиональной деятельности как метод профилактики эмоционального выгорания. Создание благоприятных условий на рабочем месте: эргономика рабочего места, комнаты релаксации, организационные аспекты труда. Профессиональные навыки, препятствующие эмоциональному выгоранию: основы эффективного тайм-менеджента, коммуникативная компетентность. Методы регуляции (биологическая обратная связь, внушение, музыкотерапия, цветотерапия, массаж, гидропроцедуры, аккупунктура) и саморегуляции (аутогенная тренировка, изменение направленности сознания, дыхательные упражнения, трудотерапия, медитация и пр.) эмоциональных состояний. Методы групповой работы в коррекции эмоционального выгорания (супервизия, дибрифинг, социально-психологический тренинг). Методы психотерапии в борьбе с эмоциональным выгоранием. Техники практической психологии в профилактике и коррекции эмоционального выгорания. Специфика психологической самопомощи на разных этапах эмоционального выгорания.</p>	<p><b>Знает:</b> оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; - основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p><b>Умеет:</b> отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; - определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p> <p><b>Владеет:</b> применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.</p>

#### 4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

##### ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

##### ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	<p>Лекция 1. Синдром эмоционального выгорания как психологический феномен.</p> <p>Понятие эмоционального выгорания. История изучения "синдрома эмоционального выгорания". Х. Дж. Фрейденбергер - основатель теории эмоционального выгорания. Концепция эмоционального выгорания К. Маслач. Концептуальные положения зарубежных ученых (Ф. Хобфол, Г. Фишер, А. Пайнс и др.). Концепция эмоционального выгорания В.В. Бойко. Теория эмоционального выгорания в отечественной психологии (Н.Е. Водопьянова, Е.П. Ильин, Г.А. Макарова, Т.И. Ронгинская, О.Б. Полякова и др.).</p>	2
1	<p>Лекция 2. Критерии и стадии эмоционального выгорания.</p> <p>Физические критерии эмоционального выгорания. Эмоциональные симптомы синдрома "выгорания". Поведенческие критерии эмоционального выгорания. Интеллектуальные проявления эмоционального выгорания. Социальные признаки эмоционального выгорания. Стадии эмоционального выгорания в зарубежных концепциях (Дж. Гринберг, Б. Перман, Е.А. Хартпман, М. Буриш и др.). Представления о стадиях эмоционального выгорания в отечественной психологии (В.В. Бойко, О.Б. Полякова и др.). Факторы, способствующие возникновению эмоционального выгорания.</p>	2
1	<p>Лекция 3. Особенности проявления эмоционального выгорания в разных профессиях.</p> <p>Специфика эмоционального выгорания педагогов. Особенности профессионального выгорания в медицине. Эмоциональное выгорание менеджеров. Особенности эмоционального выгорания психологов. Исследования эмоционального выгорания у представителей других профессий. Понятие о стрессе. Профессиональный стресс. Взаимосвязь теории стресса Г. Селье и эмоционального выгорания. Последствия эмоционального выгорания для здоровья индивида. Взаимосвязь эмоционального выгорания и деятельности</p>	2
1	<p>Лекция 4. Диагностика эмоционального выгорания.</p> <p>Метод наблюдения в диагностике синдрома эмоционального выгорания. Опросные методики диагностики эмоционального выгорания. Диагностика состояния стресса. Диагностика отношения к работе. Диагностика предрасположенности к эмоциональному выгоранию.</p>	2
2	<p>Лекция 5. Методы профилактики и коррекции эмоционального выгорания (часть 1).</p> <p>Методы снижения профессионального стресса. Психогигиена профессиональной деятельности как метод профилактики эмоционального выгорания. Создание благоприятных условий на рабочем месте: эргономика рабочего места, комнаты релаксации, организационные аспекты труда. Профессиональные навыки, препятствующие эмоциональному выгоранию. Методы регуляции (биологическая обратная связь, внушение, музыкотерапия, цветотерапия, массаж, гидропроцедуры, акупунктура) эмоциональных состояний.</p>	2
2	<p>Лекция 6. Методы профилактики и коррекции эмоционального выгорания (часть 2).</p>	2

	<p>Методы саморегуляции (аутогенная тренировка, изменение направленности сознания, дыхательные упражнения, трудотерапия, медитация и пр.) эмоциональных состояний. Методы групповой работы в коррекции эмоционального выгорания (супервизия, дибрифинг, социально-психологический тренинг). Методы психотерапии в борьбе с эмоциональным выгоранием. Техники практической психологии в профилактике и коррекции эмоционального выгорания. Специфика психологической самопомощи на разных этапах эмоционального выгорания. Обучение борьбе с эмоциональным выгоранием как часть работы психолога.</p>	
--	--	--

### ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1	<p>Практическое занятие № 1. Метод наблюдения в диагностике эмоционального выгорания</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Составление студентами перечня внешне наблюдаемых индикаторов эмоционального выгорания.</li> <li>2. Составление студентами схемы наблюдения за эмоциональным выгоранием.</li> <li>3. Самонаблюдение как метод диагностики эмоционального выгорания.</li> </ol>	2
1	<p>Практическое занятие № 2. Опросные методики диагностики эмоционального выгорания</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ознакомление студентов с опросником на "выгорание" МВІ К. Маслач, С. Джексон</li> <li>2. Ознакомление студентов с модифицированным вариантом опросника МВІ К. Маслач, С. Джексон (для менеджеров и преподавателей)</li> <li>3. Ознакомление студентов с опросником психического "выгорания" (ОПВ) Б.А. Фарбера</li> <li>4. Ознакомление студентов с методикой диагностики эмоционального выгорания В.В. Бойко.</li> <li>5. Ознакомление студентов с опросником "эмоциональное выгорание" (ЭВ) В.В. Бойко.</li> <li>6. Ознакомление студентов с модификацией опросника "эмоциональное выгорание" (мод. ЭВ) Е.П. Ильина.</li> <li>7. Ознакомление студентов с опросником определения психического «выгорания» А.А. Рукавишникова.</li> <li>8. Ознакомление студентов с опросником "Накопление эмоционально-энергетических зарядов, направленных на самого себя" В.В. Бойко в модификации Е.П. Ильина.</li> </ol>	2
1	<p>Практическое занятие № 3. Методики диагностики психологического благополучия личности</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ознакомление студентов с тестом "САН" В.А. Доскина и его модификацией "САНТУУВ" А.Н. Николаева</li> <li>2. Ознакомление студентов с опросником НПП (признаки нервно-психического напряжения) Т.А. Немчина</li> <li>3. Ознакомление студентов с методикой диагностики невроза К. Хека, Х. Хесса</li> <li>4. Ознакомление студентов со шкалой ситуативной тревожности Ч.Д. Спилбергера</li> </ol>	2

	<p>5. Ознакомление студентов с методикой диагностики уровня невротизации Л.И. Вассермана</p> <p>6. Ознакомление студентов со шкалой сниженного настроения - субдепрессии (ШСНС) Т.И. Балашовой</p> <p>7. Ознакомление студентов с методикой диагностики социальной фрустрированности Л.И. Вассермана</p>	
1	<p>Практическое занятие № 4. Методики диагностики отношения к работе</p> <p>1. Ознакомление студентов со Шкалой "Профессионального стресса" Д. Фонтана</p> <p>2. Ознакомление студентов с методика диагностики "Коммуникативной установки" В.В. Бойко</p> <p>3. Ознакомление студентов с методикой "Мотивация профессиональной деятельности" К. Замфир в модификации А.А. Реана</p> <p>4. Ознакомление студентов с методикой "Удовлетворенность трудом" К. Замфир</p> <p>5. Ознакомление студентов с методикой "Отношение к деятельности" (ОКД) В. Каппони, Т. Новак</p> <p>6. Ознакомление студентов с методикой "Удовлетворенность профессиональной деятельностью" Г.В. Лозовой</p>	2
1	<p>Практическое занятие № 5. Методики диагностики предрасположенности к "выгоранию"</p> <p>1. Ознакомление студентов с личностным опросником Г. Айзенка (тест на темперамент ЕРІ)</p> <p>2. Ознакомление студентов с шкалой личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера</p> <p>3. Ознакомление студентов с методикой определения "Стресс усердия" И. Липсица;</p> <p>4. Ознакомление студентов с методикой диагностики самооценки Т.В. Дембо - С.Я. Рубинштейн</p> <p>5. Ознакомление студентов с методикой исследования уровня субъективного контроля (УСК) Дж. Ротера в модификации Е. Бажина</p>	2
2	<p>Практическое занятие № 6. Метод тренинга для профилактики эмоционального выгорания</p> <p>1. Ознакомление студентов с дыхательными техниками саморегуляции</p> <p>2. Ознакомление студентов с методами саморегуляции эмоционального состояния через внешние проявления эмоций</p> <p>3. Ознакомление студентов с техниками расслабления мышц</p> <p>4. Ознакомление студентов с методами развития концентрации внимания</p> <p>5. Ознакомление студентов с техниками развития способности к визуализации</p> <p>6. Ознакомление студентов с методиками развития физической и психологической раскрепощенности</p> <p>7. Ознакомление студентов с техниками активной и пассивной релаксации</p> <p>8. Ознакомление студентов с психорегулирующей тренировкой</p>	2
2	<p>Практическое занятие № 7. Метод тренинга для коррекции проявлений эмоционального выгорания</p> <p>1. Ознакомление студентов с техниками развития позитивного самовосприятия</p> <p>2. Ознакомление студентов с методиками развития эмпатии</p>	2

	<p>3. Ознакомление студентов с упражнениями на развитие мимической экспрессивности</p> <p>4. Ознакомление студентов со средствами развития эмоциональной выразительности</p> <p>5. Ознакомление студентов с упражнениями на развитие навыков слушания</p> <p>6. Овладение студентами методами спора, диалога и дискуссии</p> <p>7. Ознакомление студентов с техниками развития регуляции эмоционального напряжения в процессе диалога</p> <p>8. Ознакомление студентов с упражнениями для развития коммуникабельности</p> <p>9. Ознакомление студентов с методами развития навыков самоконтроля</p> <p>10. Ознакомление студентов с развитием умений самопрезентации</p>	
2	<p>Практическое занятие № 8. Психотерапия как средство избавления от эмоционального выгорания</p> <p>1. Ознакомление студентов с методами личностно-ориентированной и гуманистической терапии в коррекции эмоционального выгорания</p> <p>2. Ознакомление студентов с методами телесно-ориентированной терапии в коррекции эмоционального выгорания</p> <p>3. Ознакомление студентов с методами танцевальной терапии в коррекции эмоционального выгорания</p> <p>4. Ознакомление студентов с методами арт-терапии в коррекции эмоционального выгорания</p>	2
2	<p>Практическое занятие № 9. Приемы экстренной самопомощи в профилактике и коррекции эмоционального выгорания</p> <p>1. Ознакомление студентов с житейскими средствами саморегуляции негативных эмоциональных состояний</p> <p>2. Ознакомление студентов со способами ситуативной саморегуляции</p> <p>3. Ознакомление студентов с приемами саморегуляции после стресса</p>	2

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Водопьянова, Н. Е. Психология управления персоналом. Психическое выгорание : учебное пособие для вузов / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 299 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07711-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514352>
2. Константинов, В. В. Профессиональная деформация личности : учебное пособие для вузов / В. В. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 186 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08760-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514385>
3. Профилактика профессиональных деформаций в системе социальной работы : учебное пособие для вузов / М. В. Воронцова [и др.] ; под редакцией М. В. Воронцовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 244 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13557-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519291>
4. Штуккерт, А.Л. Профилактика синдрома эмоционального выгорания : учебное пособие : в 2 ч. Ч. 1 / А.Л. Штуккерт; Балтийская педагогическая академия, Факультет практической психологии. - Санкт-Петербург : Изд-во БПА, 2019. - 97 с. : ил. - Приложение к "Вестнику БПА".
5. Штуккерт, А.Л. Профилактика синдрома эмоционального выгорания : учебное пособие : в 2 ч. Ч. 2 / А.Л. Штуккерт; Балтийская педагогическая академия, Факультет практической психологии. - Санкт-Петербург : Изд-во БПА, 2019. - 31 с. : ил. - Приложение к "Вестнику БПА".

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Водопьянова, Н. Е. Синдром выгорания. Диагностика и профилактика : практическое пособие / Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 299 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-08627-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514558>
2. Ковальчук, М. А. Синдром эмоционального выгорания в социальных профессиях и способы его профилактики : монография / М. А. Ковальчук. — Ярославль : Ярославская ГСХА, 2017. — 128 с. — ISBN 978-5-98914-176-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/131307> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Луковников, Н. Н. Основы педагогической деятельности : учебное пособие / Н. Н. Луковников. — Тверь : Тверская ГСХА, 2021. — 201 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/193990> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Поддубный, С.К. Психология болезни и инвалидности : учебное пособие / С.К. Поддубный, С. Г. Куртев; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2016. - 246 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Родыгина, Ю.К. Психологическое сопровождение в работе с юными хоккеистами : учебное пособие / Ю.К. Родыгина; Благотворительный фонд Елены и Геннадия Тимченко ; Академия хоккея. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. - 139 с. : ил.

6. Сёмина, М. В. Психология эмоционального выгорания педагога : учебное пособие / М. В. Сёмина, Е. В. Максименко. — Чита : ЗабГУ, 2021. — 152 с. — ISBN 978-5-9293-2734-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/271754>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции : [учебное пособие] / Ю.В. Щербатых. - 2-е изд., перераб. и доп. - Санкт-Петербург : Питер, 2012. - 256 с. : ил.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://elibrary.rsl.ru/>(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>(link is external)
- Министерство спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/>(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## 7.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421 (4 этаж, нежилое помещение № 2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55\* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165\*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - № лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №317 (2 этаж, нежилое помещение № 5) – Специализированная мебель: Учебный стол-15шт, скамья-15шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., кушетка-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X125H-1шт., экран переносной-1шт., ноутбук SONYVAIOVPC-CW1E1R/BU-1шт.

Кабинет психорегуляции (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) (2 этаж, нежилое помещение № 20) – Кресло-30 шт., аудио система Sony Hi-Fi с Wi-Fi/BLUETOOTH, компьютерный комплекс НС "Психотест"-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.



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

**Кафедра психологии имени А.Ц. Пуни**

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Рабочая программа дисциплины

Направленность (профиль) образовательной программы

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ СПОРТИВНОЙ  
ОРИЕНТАЦИИ И ОТБОР**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Дисциплина «Психологические критерии спортивной ориентации и отбора» относится к Блоку 1 Дисциплины (модули) (часть, формируемая участниками образовательных отношений, элективные дисциплины). В соответствии с учебным планом она изучается на 4 курсе, в 8 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: очная форма – зачет.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Психология физической культуры и спорта» НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Профессиональные компетенции выпускника	
Методический (тип задач профессиональной деятельности)	ПК-3. Способен участвовать в разработке и реализации методического сопровождения разных стадий спортивного отбора.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения*
ПК-3	ПК-3.1 <b>Знает:</b> - этапы спортивного отбора, критериев их реализации.	Знает: - основные положения психологии детско-юношеского спорта; -структуру и этапы спортивной ориентации и отбора; - психологические классификации видов спорта - структуру психоспортограммы как основу для психологических критериев спортивной ориентации и отбора; - организацию психологического (психофизиологического) исследования спортсменов с учётом вида спортивного отбора; - структуру психологического заключения по результатам обследования; - базовые психологические рекомендации для родителей потенциальных и реальных спортсменов;
	ПК-3.2. <b>Умеет:</b> -разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки.	Умеет: - в основе разрабатывать психоспортограмму вида спорта; -подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств потенциальных и действующих спортсменов в рамках спортивной ориентации и отбора (в заданной ситуации); - планировать мероприятия, связанные с реализацией спортивной ориентации и отбора;

		<p>-проводить цикл психологического (психофизиологического) исследования в структуре вида спортивного отбора (в заданной ситуации);</p> <p>- составлять психологическое заключение по результатам психодиагностики для «заказчика» с учётом принципа доступности;</p>
	<p><b>ПК-3.3.Имеет опыт:</b> - применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.</p>	<p>Имеет опыт/владеет:</p> <p>-применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в рамках спортивной ориентации и отбора (в заданной ситуации)</p> <p>-самостоятельного проведения психологического (психофизиологического) исследования в структуре вида спортивного отбора (в заданной ситуации), обработки его результатов и составления заключения;</p> <p>- дифференцирования базовых психологических рекомендаций для родителей потенциальных и реальных юных спортсменов с на основе ресурсного подхода</p>

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:  
*очная форма обучения*

Вид учебной работы		Всего часов	семестр
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>		30	30
В том числе:			
Занятия лекционного типа		12	12
Практические занятия семинарского типа		18	18
Промежуточная аттестация (зачет)		72	72
Самостоятельная работа студента		6	6
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>108</b>	108
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>	3

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Спортивный отбор: основные понятия, проблемы	Психологические особенности детско-юношеского спорта. Проблема поиска спортивно одаренных детей. Спортивная ориентация и отбор: структура, этапы. Модель «идеального» спортсмена	Знание: -основных положений психологии детско-юношеского спорта; -структуры и основных этапов спортивной ориентации и отбора
2	Психологическая подструктура спортивной ориентации и отбора	Психоспортограмма вида спорта как основа для критериев спортивной ориентации и отбора. Психологический отбор: от определения предрасположенности ребенка к занятиям спортом до определения его ресурсных возможностей и в контексте определения психологической готовности к началу и продолжению занятий спортом	Знание: -психологических классификаций видов спорта; -структуры психоспортограммы как основы для психологических (психофизиологических) критериев спортивной ориентации и отбора Умение: -в основе разрабатывать психоспортограмму вида спорта; -подбирать и применять базовые методики психодиагностики психических процессов, состояний и свойств потенциальных и действующих спортсменов в рамках спортивной ориентации и отбора (в заданной ситуации).
3	Психодиагностическое исследование в структуре спортивной ориентации и отбора	Психодиагностический инструментарий (базовый и специфический). Цикл психодиагностического исследования. Структура психодиагностического заключения.	Знание: - организации психологического (психофизиологического) исследования спортсменов с учётом вида спортивного отбора; - структуры психологического заключения по результатам обследования; - базовых психологических рекомендаций для родителей потенциальных и реальных спортсменов; Умение: -планировать мероприятия, связанные с реализацией спортивной ориентации и отбора; -подбирать и применять базовые методики психодиагностики

			<p>психических процессов, состояний и свойств потенциальных и действующих спортсменов в рамках спортивной ориентации и отбора (в заданной ситуации);</p> <p>-проводить цикл психологического (психофизиологического) исследования в структуре вида спортивного отбора (в заданной ситуации);</p> <p>-составлять психологическое заключение по результатам психодиагностики для «заказчика» с учётом принципа доступности;</p> <p>Опыт/ Владение:</p> <p>применения базовых методов и методик исследования психических процессов, состояний и свойств у занимающихся, группы /команды в рамках спортивной ориентации и отбора (в заданной ситуации)</p> <p>-самостоятельного проведения психологического (психофизиологического) исследования в структуре вида спортивного отбора (в заданной ситуации), обработки его результатов и составления заключения;</p> <p>- дифференцирования базовых психологических рекомендаций для родителей потенциальных и реальных юных спортсменов с на основе ресурсного подхода.</p>
--	--	--	---

#### 4.2.СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

##### ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Лекция №1. Психологический аспект спортивной ориентации и отбора юных спортсменов. Спортивная ориентация и спортивный отбор: понятия, задачи и особенности. Психологическая подструктура спортивной ориентации и отбора. Ресурсный подход в спортивной ориентации и отборе.	2
1	Лекция №2. Проблема одаренности в спорте. Спортивно одаренные дети. Внутренняя готовность к началу занятий спортом.	2

	Выявление и учет индивидуально-психологических особенностей детей и подростков в рамках первичного психологического отбора. Требования к ТК1	
1	Лекция №3. Психологическая характеристика детского (детско-юношеского спорта) Основные противоречия, трудности юных спортсменов. Психологические особенности начального этапа спортивной карьеры	2
1	Лекция №4. Проблема ранней спортивной специализации. РСС как: 1) объективная тенденция развития современного спорта; 2) тенденция снижения возраста начала занятий избранным видом спорта; 3) более раннее начало занятий в одних видах спорта по сравнению с другими. Эффекты трех подходов к ее пониманию.	2
2	Лекция №5. Психодиагностика в спорте. Цели и направления психодиагностики в спорте. Основные методы и методики исследования спортсменов.	2
3	Лекция №6. Схема проведения психодиагностический обследования в рамках спортивного отбора. Процедура проведения обследования: последовательность (алгоритм) Алгоритм проведения первичного психологического отбора включает подбор методик на основе дифференцированного подхода и последовательность их проведения для определения ресурсных возможностей детей для начала занятия спортом.	2

#### ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1	Занятие №1. Особенности деятельности и требования к способностям в разных видах спорта. 1) Понятие о психоспортограмме вида спорта. 2) Психологические классификации видов спорта. 3) ТК 1.	2
1	Занятие №2. Мероприятия по спортивной ориентации. ТК 2 «Проведение беседы о виде спорта»	2
1	Занятие №3. Мероприятия по спортивной ориентации. Студенты в мини-группах составляют план беседы с потенциальным спортсменом и его родителями. Обсуждение и определение ключевых вопросов. Рубежный кафедральный контроль «Спортивный отбор: основные понятия, проблемы»	2
2	Занятие №4. Специфика психодиагностики в спорте. 1) Диагностика психических процессов, состояний и свойств личности спортсмена. 2) Подбор методик с учетом группы (вида) спорта (ТК 3).	2
2	Занятие №5. Бланковые методики в структуре психологического отбора. Студенты по мини-группам обсуждают и представляют возможные бланковые методики для проведения на разных этапах спортивного отбора.	2
2	Занятие №6. Компьютерная психодиагностика. Работа с компьютерным комплексом «Психотест».	2

2	<p>Занятие №7. Стабилометрические пробы. Работа со стабиллоплатформой СТ-150. Анализ компьютерного заключения и разработка рекомендаций по результатам исследования.</p>	2
3	<p>Занятие №8. Цикл психодиагностического исследования. Структура психодиагностического заключения. Представление студентами ТК4 «Диагностическое заключение по результатам исследования, включая рекомендации «заказчику» и его участникам»</p>	2
3	<p>Занятие №9. Трудности спортсменов в начале занятий спортом. На основе типичных трудностей юных спортсменов в процессе адаптации к требованиям спортивной деятельности разработка и рекомендаций самим детям, их родителям и тренеру (ТК5) Диагностика предрасположенности к «проблемному» поведению родителей юных спортсменов.</p>	2



## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
2. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>
3. Сибирев, В.В. Психологическое сопровождение в зимних видах спорта : учебное пособие / В.В. Сибирев, Ю.К. Родыгина. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 152 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Барчукова, Г.В. Психологическая подготовка спортсменов индивидуально-игровых видов спорта : учебное пособие / Г.В. Барчукова, Е.В. Романина. - Москва : Колос-с, 2018. - 132, [2] с. : ил.
2. Горбунов, Г.Д. Психология физической культуры и спорта : учебник / Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогун. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Академия, 2014. - 267, [1] с. : ил.
3. Зобкова, Е. А. Спортивный отбор в спорте / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 38 с. — ISBN 978-5-8114-9718-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/207530> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Калинина, И.Н. Ориентация и отбор в спортивных играх (на примере футбола) : учебное пособие / И.Н. Калинина, В.А. Блинов ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
5. Сафонов, В. К. Психология спортсмена: слагаемые успеха / В. К. Сафонов. – Москва : Спорт, 2017. – 289 с. : схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
6. Серова, Л. К. Профессиональный отбор в спорте : учебное пособие / Л. К. Серова. – Москва : Человек, 2011. – 161 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461435>
7. Серова, Л. К. Психология отбора в спортивных играх / Л. К. Серова. — Москва : Спорт-Человек, 2019. — 240 с. — ISBN 978-5-9500182-3-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/109856> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
8. Спортивная психология : учебник / Московский городской педагогический университет ; под общ. ред. В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. - Москва : Юрайт, 2014. - 366, [1] с. : ил.
9. Теория и методика спортивного отбора в избранном виде спорта : учебное пособие / составитель С. Д. Зорин. — Чебоксары : ЧГПУ им. И. Я. Яковлева, 2021. — 176 с. —

- Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/192220> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Юров, И.А. Психологические свойства спортсменов : учебное пособие / И.А. Юров. - Москва : Русайнс, 2017. - 107 с. : ил.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421 (4 этаж, нежилое помещение № 2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55\* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165\*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.

Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - № лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №317 (2 этаж, нежилое помещение № 5) – Специализированная мебель: Учебный стол-15шт, скамья-15шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., кушетка-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X125H-1шт., экран переносной-1шт., ноутбук SONYVAIOVPC-CW1E1R/BU-1шт.

Кабинет психорегуляции ( аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) (2 этаж, нежилое помещение № 20) – Кресло-30 шт., аудио система Sony Hi-Fi с Wi-Fi/BLUETOOTH, компьютерный комплекс НС "Психотест"-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.

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

**Кафедра психологии имени А.Ц. Пуни**

Рабочая программа дисциплины

**ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ И ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе в 5 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>	
Научные основы педагогической деятельности	<b>ОПК - 8.</b> Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
<b>ОПК-8</b>	<p><b>ОПК - 8.1 Знает:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; - методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>ОПК- 8.2 Умеет:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>ОПК- 8.3 Имеет опыт:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>	<p><b>Знания:</b></p> <p>- методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; - методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умения:</b></p> <p>- осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Навыки:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	48					48			
В том числе:									
Занятия лекционного типа	22					22			
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	26					26			
Промежуточная аттестация (экзамен)	18					18			
Самостоятельная работа студента	114					114			
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	180				180			
	<b>зачетные единицы</b>	5				5			

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Введение в психологию развития: исторические основы и главные проблемы психологии развития.	Предмет и объект психологии развития. Связь психологии развития с другими науками. Разделы психологии развития. Теоретические и прикладные задачи психологии развития. Основные понятия психологии развития: онтогенез, развитие, возраст. Сравнительный анализ понятий: рост, созревание, научение, развитие. Особенности процесса развития). Общее представление о возрасте и периодизации психического развития. Понятие сензитивного и критического периода. Исторические и социальные предпосылки становления психологии развития. Социально-историческая природа детства. Работы Ф.Арьеса. Ранние теории развития: преформизм, взгляды на развитие Дж. Локка, теория развития Ж.-Ж. Руссо. Эволюционная теория Ч. Дарвина. Исследования В.Прейера. Центральные проблемы онтогенеза: факторы развития (природа или воспитание), характер развития (непрерывность или прерывность), природа объекта развития (активность или пассивность человека), универсальность развития (развитие имеет одно направление или несколько).	<b>Знания:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; - методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.. <b>Умения:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями. <b>Навыки:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.
2.	Теории онтогенетического развития человека в зарубежной психологии и отечественной психологии	Факторный подход к проблеме движущих сил психического развития человека. Поведенческий подход: теории научения. Психоаналитический подход. Когнитивно-генетический подход. Культурно-исторический подход. Проблема движущих сил развития человека в	<b>Знания:</b> - приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития; - методы (первичного) выявления детей с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и

		<p>деятельностном подходе.</p>	<p>гиперактивностью и др.).  <b>Умения:</b> - соотнести виды адресной помощи с индивидуальными образовательными потребностями обучающихся  <b>Навыки:</b> -выстраивания позитивных взаимоотношений с обучающимися, создает благоприятный психологический климат в процессе организации совместной деятельности обучающихся; - объясняет особенности применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями.</p>
3	<p>Возрастная психология</p>	<p>Пренатальный и перинатальный периоды развития.  Кризис новорожденности.  Младенчество.  Раннее детство.  Дошкольный возраст.  Младший школьный возраст.  Подростковый возраст.  Юношеский возраст.  Ранняя зрелость.  Средняя зрелость.  Поздняя зрелость</p>	<p><b>Знания:</b> - приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития; - методы (первичного) выявления детей с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.).  <b>Умения:</b> - соотнести виды адресной помощи с индивидуальными образовательными потребностями обучающихся  <b>Навыки:</b> -выстраивания позитивных взаимоотношений с обучающимися, создает благоприятный психологический климат в процессе организации совместной деятельности обучающихся; - объясняет особенности применения психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся с особыми образовательными потребностями.</p>



**4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**  
**ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА**

<b>№ темы</b>	<b>Содержание лекций</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Лекция № 1. Предмет, задачи и методы психологии развития и возрастной психологии.	2
1	Лекция № 2. Основные понятия психологии развития и возрастной психологии: онтогенез, развитие, возраст. Особенности психического развития. Социально-историческая природа детства.	2
2	Лекция №3. Основные теории психического развития в отечественной и зарубежной психологии.	2
2	Лекция №4. Культурно-исторический подход. Проблема движущих сил развития человека в деятельностном подходе.	2
2	Лекция №5. Проблема периодизации психического развития человека в трудах отечественных и зарубежных психологов.	2
3	Лекция №6. Пренатальный и перинатальный периоды развития. Кризис новорожденности. Младенчество. .	2
3	Лекция №7. Раннее детство.	2
3	Лекция №8. Дошкольный возраст.	2
3	Лекция №9. Младший школьный возраст.	2
3	Лекция №10. Подростковый возраст. Юношеский возраст.	2
3	Лекция №11. Особенности развития человека в период взрослости.	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>22</b>

**ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА**

<b>№ темы</b>	<b>Содержание занятий семинарского типа</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	<b>Семинар 1.</b> Место психологии развития в системе психологических наук. Определение понятия развития. Соотношение понятий «рост», «развитие», «созревание».	2
1	<b>Семинар 2.</b> Теоретические и практические задачи возрастной психологии.	2
1	<b>Семинар 3.</b> Методы исследования психического развития человека в онтогенезе.	2
2	<b>Семинар 4.</b> Биогенетический подход к закономерностям психического развития ребенка. Концепция рекапитуляции (Ст. Холл). Проблема связи исторического и индивидуального в развитии. Закон повторяемости форм развития. Критика теории рекапитуляции (Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн).	2
2	<b>Семинар 5.</b> Проблема развития поведения в бихевиоризме и необихевиоризме (Д. Уотсон, Э. Торндайк, Б. Скиннер). Законы научения и законы развития. Роль среды в психическом развитии. Эволюция теории социального научения и основные направления экспериментальных исследований (А. Бандура, Р. Уолтерс).	2
2	<b>Семинар 6.</b> Проблема движущих сил психического развития ребенка в классическом психоанализе (З. Фрейд). Структура личности. Стадии психосексуального развития личности. Психоанализ детства (А. Фрейд, Д. Винникотт, М. Малер). Развитие эго и защитные механизмы личности. Эпигенетическая концепция развития личности Э. Эриксона.	2
3	<b>Семинар 7.</b> Концепция интеллектуального развития ребенка Ж. Пиаже. Открытие эгоцентризма детского мышления. Характеристика стадий развития мышления ребенка в ранних работах Ж. Пиаже. Эгоцентрическая речь и эгоцентрическое мышление. Критика феномена эгоцентрической речи Л.С. Выготским. Гипотеза Л.С. Выготского о природе, генезисе и судьбе эгоцентрической речи. Современные исследования феномена эгоцентрической речи.	2
2	<b>Семинар 8.</b> Концепция культурно-исторического развития психики человека Л.С. Выготского. Понятие психологического возраста как единицы анализа развития. Структура и динамика возраста. Понятие «социальной ситуации развития».	2

	<p>Психологические новообразования как особый тип строения личности и ее деятельности, впервые возникающие на данной стадии развития. Динамика психического развития как чередование стабильных и критических (кризисов) периодов развития. Возрастные кризисы, их характеристика и значение. Понятие высших психических функций. Специфика психического развития человека в онтогенезе. Закон развития высших психических функций и его теоретическое значение. Роль среды в психическом развитии. Проблема обучения в развитии ребенка. Понятие «зоны ближайшего развития», его теоретическое и практическое значение. Теоретическое и практическое значение культурно-исторической концепции Л.С. Выготского для возрастной психологии.</p>	
3	<p><b>Семинар 9.</b> Младенчество и ранний возраст как этапы периода раннего детства. Значение новообразований раннего детства для целостного онтогенеза человека. Кризисы развития на данном этапе жизни.</p>	2
3	<p><b>Семинар 10.</b> Дошкольный и школьный возраст. Сюжетно-ролевая игра и учебная деятельность: проблема сохранения и развития игры и учения в современном мире. Кризис 7 лет и личностное развитие ребенка.</p>	2
3	<p><b>Семинар 11.</b> Подростковой и юношеский возраста. Проблема ведущей деятельности в подростковом и юношеском возрасте. Роль общения со сверстниками в психическом развитии подростка. Чувство взрослости. Основные закономерности развития самосознания. Формирование самооценки. Статусы идентичности. Самоопределение и построение жизненных планов во временной перспективе как основное новообразование юношеского возраста. Развитие воли и способности к самоуправлению.</p>	2
3	<p><b>Семинар 12.</b> Критерии «зрелой взрослости». Молодость как начальный этап зрелости и вступления во взрослую жизнь. Средняя зрелость (середина жизни). Зрелость как вершина жизненного пути. Основные задачи разных периодов взрослости. Проблема поиска смысла жизни. Направления самоактуализации взрослого. .</p>	2
3	<p><b>Семинар 13.</b> Период старения и старости. Историческая изменчивость оценки старости и старения. Кризис позднего возраста и особенности его протекания. Влияние истории жизненного пути на процесс старения. Проблема долголетия и жизнеспособности. Факторы долголетия. Старость как социальная проблема.</p>	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>26</b>

## **5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

### **ОСНОВНАЯ:**

1. Бережковская, Е. Л. Психология развития и возрастная психология : учебник для вузов / Е. Л. Бережковская. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 357 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14308-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519955>
2. Обухова, Л. Ф. Психология развития. Исследование ребенка от рождения до школы : учебное пособие для вузов / Л. Ф. Обухова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 275 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10873-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518030>
3. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / Л. А. Головей [и др.] ; под общей редакцией Л. А. Головей. — 2-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 415 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15965-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510373>
4. Хухлаева, О. В. Психология развития и возрастная психология : учебник для вузов / О. В. Хухлаева, Е. В. Зыков, Г. В. Базаева ; под редакцией О. В. Хухлаевой. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 367 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00672-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510874>
5. Шаповаленко, И. В. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 457 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11341-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510723>

### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Авдулова, Т. П. Психология подросткового возраста : учебник и практикум для вузов / Т. П. Авдулова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 394 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9438-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511209>
2. Белкина, В. Н. Психология раннего и дошкольного детства : учебное пособие для вузов / В. Н. Белкина. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 170 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08012-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513366>
3. Клочко, А.А. Психология развития : учебное пособие / А.А. Клочко, Е.В. Малинина ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2016. — 133 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Коломенская, В.В. Психология развития : учебное пособие / В.В. Коломенская, И.И. Таран ; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. — Великие Луки : [б. и.], 2016. — 321 с.
5. Кулагина, И. Ю. Психология детей младшего школьного возраста : учебник и практикум для вузов / И. Ю. Кулагина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 291 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00582-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511140>

6. Молчанов, С. В. Психология подросткового и юношеского возраста : учебник для вузов / С. В. Молчанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 351 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00488-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511130>
7. Подольский, А.И. Психология развития. Психоэмоциональное благополучие детей и подростков : учебное пособие / А.И. Подольский, О.А. Идобаева ; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова ; Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики", Москва. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2018. — 112, [1] с. : ил.
8. Солдатова, Е.Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез : учебник / Е.Л. Солдатова, Г.Н. Лаврова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 383, [1] с.
9. Сорокоумова, Е. А. Возрастная психология : учебное пособие для вузов / Е. А. Сорокоумова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 227 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04322-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514497>
10. Шаповаленко, И.В. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум / И.В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2019. — 457 с.
11. Чекина, Л.Ф. Психология развития : учебное пособие / Л.Ф. Чекина. — СПб. : Лань, 2018. — 205 с.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421 (4 этаж, нежилое помещение № 2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт., скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55\* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165\*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPrROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - № лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.
- Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №317 (2 этаж, нежилое помещение № 5) – Специализированная мебель: Учебный стол-15шт, скамья-15шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., кушетка-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X125H-1шт., экран переносной-1шт., ноутбук SONYVAIOVPC-CW1E1R/BU-1шт.
- Кабинет психорегуляции (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) (2 этаж, нежилое помещение № 20) – Кресло-30 шт., аудио система Sony Hi-Fi с Wi-Fi/BLUETOOTH, компьютерный комплекс НС "Психотест"-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.
- Кабинет психорегуляции (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) (2 этаж, нежилое помещение № 20) – Кресло-30 шт., аудио система Sony Hi-Fi с Wi-Fi/BLUETOOTH, компьютерный комплекс НС "Психотест"-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.

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

**Кафедра психологии имени А.Ц. Пуни**

Рабочая программа дисциплины

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе во 2 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: (экзамен).

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Психолого-педагогический практикум» НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
Профессиональные компетенции	
Разработка основных и дополнительных образовательных программ	ОПК-2. Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)
Контроль и оценка формирования результатов образования	ОПК-5. Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении

### 2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2. Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)	<p><b>ОПК-2.1 Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы);</li> <li>- технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода;</li> </ul> <p><b>ОПК-2.2 Умеет:</b> - выявлять интересы детей, их родителей и законных представителей в осваиваемой области основного и дополнительного образования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей;</li> </ul> <p><b>ОПК-2.3 Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- реализации образовательной программы из числа известных в данной конкретной ситуации и</li> </ul>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы);</li> <li>- технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода;</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять интересы детей, их родителей и законных представителей в осваиваемой области основного и дополнительного образования;</li> <li>- совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей;</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b> - реализации образовательной программы из числа известных в данной</p>

	структурирования алгоритма деятельности по их реализации, в том числе программ развития универсальных учебных действий, программ воспитания и социализации обучающихся, коррекционных программ.	конкретной ситуации и структурирования алгоритма деятельности по их реализации, в том числе программ развития универсальных учебных действий, программ воспитания и социализации обучающихся, коррекционных программ.
ОПК-5. Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении	<p>ОПК - 5.1. <b>Знает:</b> - сущность контроля и оценки образовательных результатов, обучающихся (предметных, метапредметных личностных компетенций)</p> <p>ОПК- 5.2. <b>Умеет:</b> - осуществлять отбор диагностических средств, форм контроля и оценки сформированности образовательных результатов обучающихся;</p> <p>- применять диагностический инструментарий для оценки сформированности образовательных результатов обучающихся</p> <p>ОПК- 5.3. <b>Имеет опыт:</b></p> <p>- структурирования выявленных трудностей в обучении и использования специальных технологий и методов, позволяющих проводить коррекционно-развивающую работу с неуспевающими обучающимися</p>	<p><b>Знает:</b></p> <p>- сущность контроля и оценки образовательных результатов, обучающихся (предметных, метапредметных личностных компетенций)</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>- осуществлять отбор диагностических средств, форм контроля и оценки сформированности образовательных результатов обучающихся;</p> <p>- применять диагностический инструментарий для оценки сформированности образовательных результатов обучающихся</p> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <p>- структурирования выявленных трудностей в обучении и использования специальных технологий и методов, позволяющих проводить коррекционно-развивающую работу с неуспевающими обучающимися</p>



### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	<b>36</b>		<b>36</b>						
В том числе:									
Занятия лекционного типа	16		16						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	20		20						
Промежуточная аттестация (экзамен)	18		18						
<b>Самостоятельная работа студента</b>	<b>54</b>		<b>54</b>						
Общая трудоемкость	часы	<b>108</b>	108						
	зачетные единицы	<b>3</b>	3						

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Психолого-педагогический практикум»:

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Введение в современную практическую психологию	Введение в современную практическую психологию. Сущность и специфика практической психологии в спорте. Психолого-педагогический практикум (ППП): принципы, цели, задачи и методы практической психологии в спорте. Сущность и специфика ППП в спорте. Предмет и задачи ППП в спорте. Направления практической психологии в спорте. Коммуникативная компетентность как основа практической психологии спорта. Проблема общения в спорте. Основные категории и понятия психологии общения. Теории, концепции и научные направления психологии общения. Личность спортсмена как субъект общения. Формирование лидерских качеств у спортсмена. Виды общения. Особенности межличностной коммуникации в спорте. Технологии и тренинги общения. Технология развития навыков командной работы. Алгоритм принятия решения в группе.	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>как совместно с педагогом составлять проекты основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей;</li> <li>как устанавливать позитивные взаимоотношения с обучающимися, создавать благоприятный психологический климат в процессе организации совместной деятельности обучающихся;</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>анализировать возможности использования источников, необходимых для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы);</li> <li>устанавливать позитивные взаимоотношения с обучающимися, создает благоприятный психологический климат в процессе организации совместной деятельности обучающихся.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>использования источников, необходимых для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы);</li> <li>установления позитивных взаимоотношений с обучающимися, создания благоприятного психологического климата в процессе организации совместной деятельности обучающихся.</li> </ul>
2	Основные направления практической психологии	Психодинамический подход в практической психологии. Становление и развитие психоанализа. Индивидуальная психология А. Адлера. Аналитическая психология К. Юнга. Становление и развитие. Клиент-центрированный подход К. Роджерса. Основы экзистенциального направления в практической деятельности психолога. Основы гештальт-подхода в практической психологии. Психодрама в практической психологии спорта. Бихевиориальный подход в практической психологии спорта.	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития;</li> <li>как применять конкретные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>демонстрировать приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития;</li> <li>применять конкретные психолого-педагогических технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>применения приемов организации совместной и индивидуальной деятельности, обучающихся в</li> </ul>

			соответствии с возрастными нормами их развития; <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ применения конкретных психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.</li> </ul>
3	Основные методы практического психолога.	Теория и практика психического воздействия. Понятие психического воздействия. Теоретическая концепция. Уровни психического управления: организм, психика, личность, общество. Стратегия, тактика и техники воздействия. Феномен психологической защиты в работе практического психолога. Методы работы с переживаниями. Методы работы с образами.	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития;</li> <li>▪ как вступать в контакт и развивать конструктивные отношения с разными субъектами образовательных отношений, разрешать конфликты и противоречия в работе по оказанию психологической помощи обучающимся, критически оценивать обратную связь от субъектов образовательных отношений.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ демонстрировать приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития;</li> <li>▪ вступать в контакт и развивать конструктивные отношения с разными субъектами образовательных отношений, разрешать конфликты и противоречия в работе по оказанию психологической помощи обучающимся, критически оценивать обратную связь от субъектов образовательных отношений.</li> </ul> <p><b>Имеет опыт:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ применения приемов организации совместной и индивидуальной деятельности, обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития;</li> <li>▪ устанавливать контакт и развивать конструктивные отношения с разными субъектами образовательных отношений, разрешать конфликты и противоречия в работе по оказанию психологической помощи обучающимся, критически оценивать обратную связь от субъектов образовательных отношений.</li> </ul>

#### 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

##### ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1	Лекция № 1. Введение в современную практическую психологию. Сущность и специфика практической психологии в спорте. Принципы, цели и задачи практической психологии в спорте. Сущность и специфика практической психологии в спорте. Предмет и задачи практической психологии в спорте. Направления практической психологии в спорте. Технология ведения беседы. Этапы ведения беседы. Структурирование беседы. Структура коммуникативного процесса.	2 часа
1	Лекция № 2. Коммуникативная компетентность как основа практики. Проблема общения в психологии. Основные категории и понятия психологии общения. Три модели в коммуникации. Коммуникация как социальное конструирование. Межличностная коммуникация. Коммуникативная компетентность в межличностной коммуникации. Критерии коммуникативной компетентности. Коммуникативные умения – основа коммуникативной компетентности. Слушание как коммуникативное действие. Слушание как коммуникативный навык. Эмоциональная коммуникация в межличностном взаимодействии. История и теория психологии общения. История психологических исследований общения. Теории, концепции и	2 часа

	научные направления психологии общения. Личность как субъект общения. Виды общения. Технологии и тренинги общения.	
2	Лекция 3. Современные направления практической психологии. Клиент-центрированный подход К. Роджерса. Основные понятия. Основы экзистенциального направления в практической деятельности психолога. Основные понятия и положения экзистенциального подхода. Цели консультативного процесса. Основы гештальт-подхода в практической психологии. Становление и развитие. Психологический процесс. Цели. Процесс. Проведение и техники. Техники. Психодрама в практической психологии. Описание метода. Задачи психодрамы. Основные элементы психодрамы. Бихевиориально-ориентированный подход в практической психологии спорте. Тренировка настойчивости. Тренировка релаксации.	2 часа
2	Лекция № 4. Классификация методов воздействия в практической работе. Основные методы практического психолога. Общие принципы регуляции состояний. Классификация методов регуляции состояний. Внешние методы регуляции психических состояний. Методы саморегуляции. Основные психологические проблемы в работе практического психолога. Психологические методы работы со стрессовыми ситуациями.	2 часа
2	Лекция №5. Теоретические основы психологического тренинга в спорте. Цель психологического тренинга. Изменения в СПТ. Интеллектуальный потенциал человека. Коммуникативный потенциал. Совокупность навыков и умений, необходимых для эффективного общения. Регулятивный, или волевой потенциал. Классический психоанализ З.Фрейда. Индивидуальная психология А. Адлера. Аналитическая психология К. Юнга. Применение тренинга. Методология ведения психологического тренинга в спорте. Психологический тренинг - это форма обучения. Тренинг как один из активных методов обучения или социально-психологический тренинг. Основные функции тренинга: диагностическая, преобразующая, корректирующая, профилактическая. Многофункциональность тренинга. Развитие методологических основ тренинга. Классификация видов тренинга. Типы групповой работы.	2 часа
3	Лекция №6. Принципы психологического тренинга. Принципы психологического тренинга и возникающие затруднения при проведении тренинговых групп. Принцип системной детерминации. Принцип реалистичности. Принцип избыточности. Локальная и специфическая среда тренинга. Принцип избыточности. Принцип активности и др. Этические принципы тренинга. Принцип конфиденциальности. Методические средства психологического тренинга в спорте. Техники представления информации. Короткие лекции, систематизированные обзоры, программированные инструкции и дискуссии. Фокус-группы как групповая дискуссия (фокусное интервью), глубинное интервью, бизнес-интервью. Стандартная групповая дискуссия. Ролевые и операционные (деловые) игры. Ролевые игры с элементами драматизации. Медитативные техники. Управляемое (проводниковое) воображение.	2 часа
3	Лекция №7. Методические аспекты психологического тренинга в спорте. Определение потребности в психологическом тренинге. Анализ профессиональных задач. Организационный анализ. Персональный анализ. Особенности комплектования групп психологического тренинга. Методические приемы. Комплектование групп. Критерии. Численность. Возраст. Статус участников. Личностные особенности. Этапа группового процесса. Четыре этапа группового процесса, которые присутствуют в тренинге любой направленности. К ним относятся. Этап создания работоспособности. Этап ориентации. Этап изменений. Завершающий этап. Психодиагностические возможности тренинга. Этические аспекты деятельности ведущего психологический тренинг. Ответственность за свой профессионализм. Ответственность за процесс тренинга. Ответственность за результаты тренинга.	2 часа

3	Лекция 8. Психическое воздействие в общении. Понятие психического воздействия. Теоретическая концепция. Биологические физиологические, психологические и социальные детерминанты. Уровни психического управления: организм, психика, личность, общество. Феномен преодоления. Стратегия, тактика и техники воздействия. Вербальные и невербальные средства воздействия. Классификация методов воздействия. Психологические основы преодоления. Теоретические представления о воле. У. Джеймс, В. Вундт, И. Сеченов и другие. Физические, биологические, психические и социальные уровни регуляции. Прикладные аспекты психологии преодоления. Сущность феномена преодоления. Понятийная структура преодоления. Уровни преодоления. Стороны процесса преодоления. Критерии и показатели процесса преодоления. Структура волевых свойств личности с точки зрения преодоления. Преодоление стрессов, конфликтов, кризисов. Развитие способности к преодолению различных противоречий. Психическое воздействие - концепция, принципы, уровни, тактики, техники, методы и способы. Классификация методов психического воздействия. Методы воздействия в гештальттерапии и у представителей других психологических парадигм. Методы воздействия на поведение человека, на его телесную организацию, на убеждения, на образы (первичные и вторичные), на ощущения. Воздействие на осознаваемую и на неосознаваемую область психики человека: внушение, гипноз, беседа, убеждение и т. д.	2 часа
	ИТОГО	16 часов

### ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1	Семинарское занятие №1*: Введение в социально-психологический тренинг (СПТ). Общие сведения о социально-психологическом тренинге (СПТ). Принципы и правила работы в СПТ. Анализ принципов и коррекции ожиданий. Требования к мотивации, вниманию, переживаниям, мыслям и поведению. Алгоритм знакомства. Групповая дискуссия «Коммуникативные качества». Структура, средства, виды общения. Введение в психологию общения. Функции, средства, структура процесса общения. Ошибки общения. Коммуникативная компетентность. Вербальные и невербальные средства общения. Групповая игра «Слухи». (текущее аттестационное задание 1).	2
2	Семинарское занятие №2*: Психологические особенности беседы. Способы и техники введения беседы. Роль негативной и позитивной оценки. Игнорирование. Эгоцентризм. Промежуточные техники. Потребность в общении. Ориентация в целях и ситуации общения, в личности собеседника. Техники вербализации. Бессознательные средства общения. Восприятие и оценка собеседника. Овладение техникой вербализации. Психологические игры. Ролевые игры с применением различных техник введения беседы. Техника установления контакта. Роль личности, техники и группы в установлении контакта. Психологические признаки приветствия. Контакт внутренний и внешний. Контакт глаз. Контакт физический, социальный и психологический. Язык средств общения: интонация, мимика, поза, взгляд, жесты. Ролевые игры на установление контакта и их анализ. (текущее аттестационное задание 2)	2
3	Семинарское занятие №3*: Психологические особенности введения дискуссии. Основные правила передачи информации собеседнику. Техника «я – высказывания». Позитивная и негативная обратная связь. Конкретность высказывания. Роль состояния собеседника. Роль оценки. Роль совета. Правила организации групповой дискуссии. Самопрезентация новому коллективу. Способы общения в конфликте. Групповая игра «родительское собрание». Психологические методы аргументации. Психологический смысл	2

	вопроса. Роль паузы и молчания. Метод перелицовки. Метод «солями». Метод расчленения. Метод положительных ответов. Метод классической риторики. Метод замедления темпа. Метод двухсторонней аргументации. Общие рекомендации: простота, ясность корректность. Последовательность отработки аргументов. Ориентация на цели и мотивы собеседника. Роль терминологии и темперамента собеседника. Ролевые игры: «Просьба и отказ» и др. работа в парах и тройках. Анализ ролевых игр.	
4	Семинарское занятие № 4*: Основные методы работы в СПТ. Понятие психического воздействия. Теоретическая концепция. Биологические физиологические, психологические и социальные детерминанты. Уровни психического управления: организм, психика, личность, общество. Феномен преодоления. Стратегия, тактика и техники воздействия. Вербальные и невербальные средства воздействия. Классификация методов воздействия. Психотехнические развивающие игры: на внимание, на развитие памяти, воображения и др. Принципы и правила в работе практического психолога. Психологическая сущность принципа. История его формирования. Принцип «здесь и теперь» в гештальттерапии, в психодраме, в гуманистической психологии. Роль принципа в самоактуализации личности. Развитие навыков переживаний, мышления и поведения в русле данного принципа. Методы развития «осознавания». Психологическая сущность «открытости» и «закрытости». Психологический смысл «ответственности» в работе практического психолога. Причины и индикаторы неискреннего поведения: неуверенность, тревога, неопределенность. Признаки искренности. Этический кодекс практического психолога. Модель деятельности практического психолога. (текущее аттестационное задание 3).	2
5	Семинарское занятие № 5*: Феномен психологической защиты в СПТ. Сущность психической защиты. История развития проблемы. Современные методы психологической защиты. Психологическая защита в структуре психоанализа. Классификация видов психологических защит в работах А. Фрейд. Виды психологических защит в гештальттерапии Ф. Перлза. Психологическая защита в эволюционной теории Плутчика. Характеристика основных видов психологических защит. Эволюция взглядов на психологическую защиту. Структура психологических защит. Психодиагностика индивидуальной структуры психологической защиты человека. Техники работы с психологическими защитами в психотерапии. Позитивные и негативные свойства психологической защиты. Психологические методы работы с различными защитами: «горячий стул» и др.	2
6	Семинарское занятие № 6*: Методы работы с переживаниями в СПТ. Характеристика переживаний, эмоций и чувств. Сущность переживаний. Структура переживаний. Потребность в переживаниях. Коммуникация чувств. Оценка собственных эмоций. Процесс переживания. Уровни переживаний. Актуальное переживание. Психологические барьеры. Осознание внутренних преград. Сопротивление переживаниям. Проекция, инверсия, эмпатия, «теле». Исчезновение негативных переживаний. Проективные методы работы с переживаниями. Графические методы. Работа с воображением. Работа с метафорами. Исследование собственных переживаний. Анализ методов работы с переживаниями. (текущее аттестационное задание 4).	2
7	Семинарское занятие № 7*: Психологические методы работы со стрессовыми ситуациями в СПТ. Понятие стресса. Концепции стресса. Структура и динамика стрессовых состояний: сущность эмоций, потребность в эмоциях, коммуникация чувств, оценка собственного беспокойства, тревоги и страха. Динамика стресса: уровни беспокойства, уровни уверенности, переживания «здесь и сейчас». Актуальное переживание стресса. Психологические барьеры: осознание внутренних тревог, сопротивление переживаниям стресса, проекция негативных эмоций, инверсия стресса, эмпатия к сильным переживаниям. Полное переживание стресса: обмен	2

	переживаниями, переживание детских воспоминаний, процесс «правды», освобождение от стресса. Трансформация стресса: переживание – источник жизни, осознание ответственности за переживание стресса. Исследование собственных переживаний стресса. Психодиагностика стресса. Источники стресса. Методы управления эмоциональными состояниями. Coping-поведение. Навыки преодоления стресса. Классификация методов психорегуляции. Методики релаксации.	
8	Семинарское занятие № 8*: Психологические способы разрешения конфликтных ситуаций в СПТ. Общее представление о конфликтах. Классификация конфликтов. Психологическая сущность конфликтов. Природа конфликта. Структура, динамика, функции и типология конфликтов. Диагностика поведенческих стратегий в конфликте. Классификация конфликтов. Анализ конфликтных ситуаций. Роль мотивов, целей и потребностей в конфликтах. Характер переживаний в конфликте. Ошибки общения и поведения в конфликте. Алгоритм поведения в конфликте. Управление эмоциями. Основные правила и принципы поведения в конфликте. Выбор оптимальных вариантов поведения в конфликте. Картография конфликта: поиск источников конфликта, анализ участников конфликта, осознание скрытых нужд и опасений у участников конфликта. Стратегии поведения в конфликте. Психодиагностика в конфликте. Психодиагностика конфликтов. Способы и методы разрешения конфликтов. Обучение приемам разрешения конфликтов. Арбитраж. Посредничество. Переговоры. Медиация. Техника постановки вопросов. Правила приобретения уверенности. Конфликт - средство развития. (текущее аттестационное задание 5)	2
9	Семинарское занятие № 9*: Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Понятие кризиса. Психологическая сущность кризиса. Природа кризисов. Структурно – динамическая характеристика кризисов. Виды кризисов. Кризисы развития. Кризисы отношений. Кризисные соотношения души. Пути разрешения кризиса. Стратегии, тактики и методы работы с кризисными состояниями. Диагностика поведения в кризисе. Анализ психологических кризисов. Межличностные отношения и особенности стрессовых состояний в кризисе. Перестройка личности в кризисе. Кризис, как средство личностного роста. Кризис, как средство повышения профессионального мастерства. Развитие навыков работы с кризисными состояниями.	2
10	Семинарское занятие № 10*: Основные направления работы в СПТ. Классический психоанализ З.Фрейда (1856-1939). З.Фрейд как основатель психоанализа. Концепция психоанализа. Основные теоретические положения. Аналитическая психология Карла Густава Юнга (1875-1961). Индивидуальная психология Альфреда Адлера (1870-1937). Адлеровское консультирование. Альфред Адлер. Гуманистический подход в СПТ. Клиент-центрированный подход К. Роджерса. Цели. Методы. Цели экзистенциально-гуманистической теории. Четыре условия. Позитивное отношение к клиенту. Эмпатия. Аутентичность. Воздержание от интерпретаций сообщений. Конгруэнтность в отношениях с клиентом; безусловная положительная оценка по отношению к клиенту; эмпатическое восприятие клиента. Процесс консультирования. Гештальт-подхода в СПТ. Основы гештальт-подхода Ф. Перлз (1893-1970). Становление и развитие. Философия и концепции. Природа организма. Холистический принцип. Консультативный процесс. Цели. Процесс. Проведение и техники. Техники. Экзистенциального направления в СПТ. Основы экзистенциального направления в консультировании. Цели консультативного процесса. Основные задачи психолога. Требования и ожидания от клиента. Техники. Ключевые понятия. Самосознание. Самоопределение и ответственность. Экзистенциальная тревога. Смерть и небытие. Поиск смысла. Поиск аутентичности. Одиночество и связь с другими людьми.	2

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Белякова, Е. Г. Психолого-педагогический мониторинг : учебное пособие для вузов / Е. Г. Белякова, Т. А. Строчкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 243 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01054-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490720>
2. Вараксин, В. Н. Психолого-педагогический практикум : учебное пособие для вузов / В. Н. Вараксин, Е. В. Казанцева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 239 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09647-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517228>
3. Горбатов, Д. С. Общепсихологический практикум : учебное пособие для вузов / Д. С. Горбатов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 307 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-4805-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510964>

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Вараксин, В. Н. Концепция организации психолого-педагогического тренинга : учебное пособие / В. Н. Вараксин ; под ред. А. В. Болдырева-Вараксиной ; Таганрогский институт им. А. П. Чехова (филиал) РГЭУ (РИНХ). — Таганрог : Таганрогский институт имени А. П. Чехова, 2015. — 204 с. : табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=614534>
2. Вараксин, В.Н. Психолого-педагогический практикум : учебное пособие / В.Н. Вараксин, Е.В. Казанцева. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. — 283 с. : ил.
3. Вечканова, О. В. Практикум по психолого-педагогической диагностике : учебное пособие / О. В. Вечканова, А. Ф. Фазлыева. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2012. — 182 с. — ISBN 978-5-87978-816-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/49569> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Ильченко, Н. В. Содержание психолого-педагогического сопровождения ребенка и его семьи в системе ранней помощи: диагностика и коррекция: практикум : учебное пособие / Н. В. Ильченко, Е. В. Орлова, Е. А. Чернявская. — Омск : ОмГПУ, 2018. — 197 с. — ISBN 978-5-8268-2138-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/170515> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
5. Крулехт, М. В. Методология и методы психолого-педагогических исследований. Практикум : учебное пособие для вузов / М. В. Крулехт. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05461-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515276>
6. Маркова, И. И. Психологическая диагностика развития подростков (с практикумом) : учебное пособие / И. И. Маркова. — Воронеж : ВГПУ, 2022. — 152 с. — ISBN 978-5-00044-886-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/266936> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Общепсихологический практикум : учебник для академического бакалавриата / В. В. Рубцов [и др.] ; под редакцией В. В. Рубцова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 675 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3516-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/507883>



8. Психолого-педагогический практикум : учебное пособие / авт.-сост. Л. В. Халяпина ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2015. – 126 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458277>
9. Рогов, Е. И. Практикум школьного психолога : практическое пособие / Е. И. Рогов. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 435 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-00817-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513783>

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

**Периодические издания:**

Вопросы психологии.  
 Психологический журнал.  
 Студенческий спорт.  
 Спорт для всех.  
 Спорт за рубежом.  
 Спортивная жизнь России.  
 Спортивный психолог  
 Теория и практика физической культуры.  
 Физкультура и спорт.  
 Research Quarterly for Exercise and Sport.  
 International Journal of Physical Education.

**Научные сборники:**

Ананьевские чтения (СПб, СПбГУ)  
 Вестник БПА (СПб, БПА)  
 Психолого-педагогические проблемы педагогической деятельности (СПб, НГУ им. П.Ф.Лесгафта, кафедра психология им. А.Ц.Пуни)

Рудиковские чтения (М., РГУФКСиТ)  
Ученые записки университета (СПб, НГУ им. П.Ф.Лесгафта) и др.

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	<a href="http://www.elibrary.ru/">http://www.elibrary.ru/</a>
<b>Physical Therapy &amp; Sports Medicine Collection</b>	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 библиотеки	<a href="http://infotrac.galegroup.com">http://infotrac.galegroup.com</a>
Архив журналов РАН	База включает архив журналов РАН.	Доступ свободный	<a href="http://libnauka.ru">libnauka.ru</a>
Журналы издательства Oxford University Press	Ресурс англоязычный, содержит материалы по общественным и гуманитарным, естественным и техническим наукам, информатике, медицине, здравоохранению и др.	Доступ свободный	<a href="http://www.oxfordjournals.org/en/">http://www.oxfordjournals.org/en/</a>
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	<a href="https://www.biblio-online.ru/">https://www.biblio-online.ru/</a>

Операционные системы:

Windows 7 Professional

Windows 8 Pro

ОС РОСА "КОБАЛЬТ" десктоп

Офисные пакеты приложений:

Office Professional Plus 2010

Office Professional Plus 2013

Office Standard 2013

Office Standard 2016

Мой офис

Браузеры:

Google Chrome

Chromium

Internet Explorer

Yandex.Browser

Архиваторы:

7zip

Программы просмотра PDF:

Adobe Acrobat Reader

Связь:

Skype

Распознавание текста и конвертирование файлов:

Abby fine reader Professional 12

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.**

Представляется в виде перечня специализированных аудиторий (кабинет психорегуляции), имеющегося оборудования и инвентаря, компьютерной техники, программного обеспечения. В том числе описание материально-технической базы (в т.ч. программного обеспечения), рекомендуемой для адаптации электронных и печатных образовательных ресурсов для обучающихся из числа инвалидов.

Учебные аудитории для проведения учебных занятий оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

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

**Кафедра психологии имени А.Ц. Пуни**

Рабочая программа дисциплины

**ПСИХОМОТОРНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ЧЕЛОВЕКА**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «Психомоторная организация человека» составлена в соответствии с учебным планом подготовки бакалавров по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование», направленность (профиль) «Психология спорта» в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования и утвержденными стандартами, и положениями Университета. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3 семестре по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Профессиональные компетенции</b>	
Научные основы педагогической деятельности	ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

### 2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-8	<p>ОПК - 8.1 Знает: - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p>ОПК- 8.2 Умеет: - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p>	<p><b>Знания:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; - методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умения:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p>

	<p>ОПК- 8.3 Имеет опыт: - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>	<p><b>Навыки:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>
--	---	---



#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/ п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1	Психомоторные способности человека	<p>Психомоторное развитие человека. Психомоторные процессы.</p> <p>Понятие психомоторных способностей.</p> <p>Психомоторная одаренность.</p> <p>Время реакции и быстрота психомоторного реагирования.</p> <p>Влияние мотивационных процессов на моторное действие.</p> <p>Совершенствование силы и выносливости. Положения учения о способностях С.Л. Рубинштейна. Структура психомоторных способностей.</p> <p>Классификация Психомоторных качеств.</p>	<p><b>Знания:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умения:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Навыки:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>
2	Возрастные особенности развития моторики.	<p>Развитие психомоторики в раннем детстве, подростковом возрасте, юношеском возрасте.</p> <p>Возрастные изменения психомоторных процессов.</p> <p>Уровни биологической и психической организации человека.</p> <p>Стадии сенсорного развития по Ж. Пиаже. Психомоторные акты.</p> <p>Психомоторные процессы.</p> <p>Быстродействие Время одиночного движения Время</p>	<p><b>Знания:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической</p>



		<p>реагирования на сигнал Частота движений факторы - типология нервной системы, особенности процессов ЦНС, антропометрические показатели. Диагностика психомоторных свойств: скорость реакции, точность реакции, силовая характеристика движений, пространственно-временная характеристика движений, пальцевая моторика, координация движений.</p>	<p>помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умения:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Навыки:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>
3	<p>Психомоторная сфера спортсмена и ее проявление в спортивной деятельности</p>	<p>Качества, характеризующие быстродействие. Выносливость и ее компоненты. Мышечная сила. Координированность. Выраженность психомоторных качеств у представителей разных видов спорта. Реагирование на сигнал Быстрота возбуждения рецептора и посылка импульса в сенсорные центры Быстрота переработки сигнала в ЦНС (перекодирование, опознание) Быстрота принятия решения о реагировании на сигналы Быстрота посылки сигнала к началу действия по эфферентным волокнам. Быстрота развития возбуждения в исполнительном органе (мышце) и преодоления инерции покоя соответствующего звена тела. Выносливость. Мышечная сила.</p>	<p><b>Знания:</b> - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; -методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p><b>Умения:</b> - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p><b>Навыки:</b> - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ  
 ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<b>№ темы</b>	<b>Содержание лекций</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	<p><b>Лекция № 1. Психомоторное развитие человека.</b>                      Общая характеристика психомоторной организации человека. Психомоторные процессы. Понятие психомоторных способностей.                      Структура психомоторных способностей. Классификация психомоторных качеств. Функции психомоторных свойств.</p>	2
2	<p><b>Лекция № 2. Возрастные особенности моторного акта.</b>                      Развитие психомоторики в раннем детстве, подростковом возрасте, юношеском возрасте. Возрастные изменения психомоторных процессов. Уровни биологической и психической организации человека. Основные способы формирования психомоторного образа движения и его самоконтроля.</p>	2
2	<p><b>Лекция № 3. Психомоторное развитие детей.</b>                      Особенности психомоторного развития в младенческом возрасте и раннем детстве. Дошкольник. Роль восприятия в формировании моторного действия. Равновесие. Особенности развития произвольных движений. Деятельность и психомоторная организация. Игра как вид деятельности. Виды игры.</p>	2
2	<p><b>Лекция № 4. Возрастная динамика показателей проявлений психомоторных способностей в школьный период.</b>                      Сенситивные периоды развития моторного действия в младшем, среднем и старшем школьном возрасте. Влияние сформированности психомоторных функций на уровень готовности к школе.                      Факторная структура психомоторных способностей детей школьного возраста. Сенсомоторные реакции: сложные и простые.</p>	2
3.	<p><b>Лекция № 5 Психомоторная одаренность.</b>                      Качества психомоторики. Гибкость. Пластичность. Точность выполнения действия. Меткость. Время реакции и быстрота психомоторного реагирования. Влияние мотивационных процессов на моторное действие. Совершенствование силы и выносливости. Положения учения о способностях С.Л. Рубинштейна.</p>	2
3	<p><b>Лекция № 6. Формирование двигательных умений в спорте.</b>                      Психомоторная сфера спортсмена. Психологические основы тренировочного процесса. Специальные психомоторные действия. Навык. Функциональная асимметрия в спорте. Оценка психомоторных реакций при стрессе. Структура психомоторного акта: - сенсомоторика (сенсомоторные реакции и сенсомоторную координацию);                      - моторные действия;                      - идеомоторика.</p>	2
3	<p><b>Лекция № 7. Методы диагностики психомоторных свойств.</b>                      Понятие быстроедействие. Диагностика скорости реакции, точности реакции, силовая характеристика движений, пространственно-временная характеристика движений, пальцевая моторика, координация движений. Графическая методика исследования моторики и личности человека Е. Мира-и-Лопес. Реакция на движущийся объект (РДО) – простая и сложная.</p>	2
3.	<p><b>Лекция № 8. Функциональная асимметрия в спортивной деятельности.</b>                      Понятие о функциональной асимметрии головного мозга.                      Виды межполушарной асимметрии. Особенности функциональной асимметрии мозга. Влияние функциональной асимметрии больших полушарий головного мозга на способности человека. Асимметрическая связь с полами. Методы определения доминирующего полушария головного мозга.</p>	2

<b>ИТОГО:</b>	<b>16</b>
---------------	-----------

*ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА*

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
2.	<p><b>Практическое занятие 1. Предпосылки развития движений и особенности моторики в раннем и дошкольном возрасте.</b></p> <p>1.Содержание занятия. Информативная часть. Возрастные особенности раннего и дошкольного возраста. Принципы и психологические характеристики формирования двигательного действия.</p> <p>2. Практическая часть. Самостоятельная работа Формы организации физического воспитания в дошкольном учреждении.</p>	2
2.	<p><b>Практическое занятие 2. Особенности развития моторики ребенка младшего школьного возраста.</b></p> <p>Содержание занятия. Возрастные особенности младшего школьника. Психологические характеристики формирования двигательного действия.</p> <p>2. Практическая часть. Формы организации физического воспитания в младшем школьном.</p>	2
2	<p><b>Практическое занятие 3. Особенности развития моторики подростка.</b></p> <p>Содержание занятия. Информативная часть. Возрастные особенности подросткового возраста. Принципы и психологические характеристики формирования двигательного действия в подростковом возрасте.</p> <p>2. Практическая часть. Формы организации физического воспитания в подростковом возрасте. Диагностика чувства времени «Индивидуальная минута».</p> <p><b>ТК-1 (опрос)</b></p>	2
1	<p><b>Практическое занятие 4. Влияние внимания на параметры моторики.</b></p> <p>1.Содержание занятия. Информативная часть. Свойства внимания. Студенты придумывают упражнения на развитие внимания в своем виде спорта и определяют, какие свойства внимания задействованы в этом упражнении.</p> <p>2. Практическая часть. Игра «Муха». Разбор ситуаций на тренировочном занятии.</p>	2
1	<p><b>Практическое занятие 5. Психомоторика, навык.</b></p> <p>Содержание занятия. 1. Информативная часть. Психологическая структура двигательного навыка. Понятие о психомоторике. Идеомоторная тренировка. 2. Практическая часть. Методика «Теппинг-тест». (Определение силы и работоспособности спортсмена.) Методика «Моторная лабильность» (определение скорости смены двигательного стереотипа при переходе на новый способ). <b>ТК-2 (опрос).</b></p>	2
2	<p><b>Практическое занятие 6. Адаптация детского организма к спортивным нагрузкам.</b></p> <p>Содержание занятия. 1. Информативная часть. Влияние возрастных особенностей на выполнение двигательного действия. Образ при овладении двигательным действием. Речь в овладении двигательным действием. 2. Практическая часть. Приемы идеомоторной тренировки.</p>	2

	<b>ТК-3 (опрос).</b>	
3.	<b>Практическое занятие 7. Функциональная асимметрия мозга ее проявления в спортивной деятельности.</b> Содержание занятия. 1. Информативная часть. Понятие функциональной асимметрии. Значение Ф.А. в спорте. Виды Ф.А. 2. Определение сенсорной, моторной и психической асимметрии. Обсуждение плюсов и минусов асимметрий в избранном виде спорта. <b>ТК-4 (опрос).</b>	2
3	<b>Практическое занятие 8.</b> Содержание занятия. 1. Информативная часть. Доклады по темам реферата. 2. Практическая часть. Обсуждение докладов.	2
2.	<b>Практическое занятие 9. Психологическое сопровождение спортсмена, на этапе начальной подготовки.</b> Содержание занятия. 1. Информативная часть. Особенности психологического сопровождения спортсмена, на этапе начальной подготовки. 2. Практическая часть. Подбор психотехнических игр, способствующих усвоению координационного двигательного действия. <b>ТК-5 (опрос).</b>	2
1.	<b>Практическое занятие 10.</b> Содержание занятия. 1. Информативная часть. Доклады по темам реферата. 2. Практическая часть. Обсуждение докладов. <b>РК-1 (кафедра)</b>	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>20</b>

## **5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

### **ОСНОВНАЯ:**

1. Безбородова, М. А. Методики диагностики психомоторного развития школьников и дошкольников : учебное пособие / М. А. Безбородова ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Московский педагогический государственный университет. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2019. – 68 с. : табл., ил., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563577>
2. Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 224 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04492-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514804>
3. Соколовская, С. В. Психология физической культуры и спорта : учебное пособие для вузов / С. В. Соколовская. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 144 с. — ISBN 978-5-8114-8261-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/173808> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Туревский, И. М. Формирование психомоторных способностей : учебное пособие для вузов / И. М. Туревский. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 353 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10950-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518066>

### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Горбунов, Г.Д. Психология физической культуры и спорта : учебник / Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогонов. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Академия, 2014. - 267, [1] с. : ил.
2. Дудьев, В. П. Психомоторика детей с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / В. П. Дудьев. — Барнаул : АлтГПУ, 2020. — 360 с. — ISBN 978-5-88210-960-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/156043> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Дудьев, В. П. Психомоторика детей с нарушением речи: состояние, диагностика, коррекция, развитие : учебное пособие / В. П. Дудьев. — Барнаул : АлтГПУ, 2017. — 188 с. — ISBN 978-5-88210-874-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/112187> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Ильин, Е.П. Психология спорта : [учебник] / Е.П. Ильин. - Санкт-Петербург : Питер, 2019. - 351 с.
5. Психология физической культуры : учебник / под общ. ред. Б. П. Яковлева, Г. Д. Бабушкина. - Москва : Спорт, 2016. - 623 с. : ил.
6. Серова, Л.К. Психодиагностические методики в спортивной деятельности : учебное пособие / Л.К. Серова. — Москва : Спорт, 2021. — 382, [1] с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://elibrary.rsl.ru>(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>(link is external)
- Министерство спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/>(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421** (4 этаж, нежилое помещение № 2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55\* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165\*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №317** (2 этаж, нежилое помещение № 5) – Специализированная мебель: Учебный стол-15шт, скамья-15шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., кушетка-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X125H-1шт., экран переносной-1шт., ноутбук SONYVAIOVPC-CW1E1R/BU-1шт.
- **Кабинет психорегуляции (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации)** (2 этаж, нежилое помещение № 20) – Кресло-30 шт., аудио система Sony Hi-Fi с Wi-Fi/BLUETOOTH, компьютерный комплекс НС "Психотест"-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.
- **Перечень лицензионного программного обеспечения:** Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№ лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№ лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Операционная система ROSA Enterprise RU – № лицензии srl00510-1s-f-201118-14 по r100510-1s-f-201118-44 от 20.11.2018 г., срок использования – бессрочно. Creative cloud for teams ALL APPs ALL Multiple Platforms (для работы с фотографиями, дизайном, видео, веб-контентом, UX) № лицензии 02FA6426B041BB81E77A от 18.08.2020г., срок использования – ежегодная пролонгация. Программное обеспечение для видеоконференций Polycom RealPresence Desktop, № лицензии 5150-75109-001 от 19.11.2018г., срок использования – бессрочно. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. Statgraphics Centurion – Сублицензионный договор № К-05 от 04.02.2015г. срок использования – бессрочно. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVu); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.

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

**Кафедра психологии имени А.Ц. Пуни**

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Рабочая программа дисциплины

Направленность (профиль) образовательной программы

**ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ СПОРТИВНОЙ  
ОРИЕНТАЦИИ И ОТБОР**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023



## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Профессиональные компетенции (самостоятельно определенные)</b>	
Методической	<b>ПК-3</b> Способен участвовать в разработке и реализации методического сопровождения разных стадий спортивного отбора

### 2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ПК-3 Способен участвовать в разработке и реализации методического сопровождения разных стадий спортивного отбора	ПК-3.1 Демонстрирует знание этапов спортивного отбора, критериев их реализации. ПК-3.2 Умеет разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. ПК-3.3 Владеет психологическими методами, методиками, приемами по реализации спортивного отбора спортсменов (команды) на разных этапах его подготовка.	Знает: Этапы спортивного отбора, критериев их реализации. Умеет: разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. Имеет опыт: Применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсменов (команды) на разных этапах его подготовки

## 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры
		8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	108	108
В том числе:		
Занятия лекционного типа	12	12
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	18	18
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6	6
Самостоятельная работа студента	72	72
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>108</b>
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

#### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общие закономерности функционального развития организма в онтогенезе.	Особенности жизнедеятельности организма в различные периоды индивидуального развития или онтогенеза. Понятие онтогенеза и его этапы. Значение учета возрастных особенностей развития человека для теории и практики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной физической культуры.	Знания: Демонстрирует знания понятий «психологическая подготовка», «психологическое сопровождение», «психологическое обеспечение» в спорте. Умения: Умеет планировать этапы психологической подготовки спортсменов (команды) и лиц, занимающихся в физкультурно-спортивных организациях всех типов и видов. Навыки: Владеет психологическими видами, методиками, приемами реализации психологической подготовки и психологического сопровождения спортсменов (команды) и лиц, занимающихся в физкультурно-спортивных организациях всех типов и видов.
2	<b>Возрастные особенности функций организма и адаптация к физическим нагрузкам детей дошкольного и школьного возраста.</b>	Развитие ЦНС, высшей нервной деятельности и сенсорных систем у детей дошкольного и младшего школьного возраста. Характеристика пищеварения, выделения и эндокринной системы. Физиологические особенности адаптации детей дошкольного и младшего школьного возраста к физическим нагрузкам.	Знания: Демонстрирует знания понятий «психологическая подготовка», «психологическое сопровождение», «психологическое обеспечение» в спорте. Умения: Умеет планировать этапы психологической подготовки спортсменов (команды) и лиц,

		Реакции вегетативных систем и энергообеспечение физических нагрузок.	занимающихся в физкультурно-спортивных организациях всех типов и видов. Навыки: Владеет психологическими видами, методиками, приемами реализации психологической подготовки и психологического сопровождения спортсменов (команды) и лиц, занимающихся в физкультурно-спортивных организациях всех типов и видов.
3	Физиологические основы спортивного отбора и прогнозирования спортивных возможностей.	Основные понятия и методические основы спортивного отбора и прогнозирования функциональных возможностей. Роль наследственных свойств и факторов среды в развитии спортивных возможностей человека. Методы исследования наследственных свойств организма.	Знания: Демонстрирует знание этапов спортивного отбора, критериев их реализации. Умения: Умеет разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. Навыки: Владеет психологическими методами, методиками, приемами по реализации спортивного отбора спортсменов (команды) на разных этапах его подготовки
4	Спортивная психофизиология	Значение для спорта процессов восприятия и переработки информации, их возрастные особенности Физиологические основы принятия информации, принятие решения и программирование ответных действий. Значение в тактическом мышлении различных функциональных блоков мозга. Функциональная асимметрия человека и их разновидности. Индивидуальный профиль асимметрии. Проявление	Знания: Демонстрирует знание этапов спортивного отбора, критериев их реализации. Умения: Умеет разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. Навыки: Владеет психологическими методами, методиками, приемами по реализации спортивного отбора спортсменов (команды) на разных этапах его

		функциональной асимметрии у спортсменов, ее значение для выполнения различных упражнений. Физиологические основы управления тренировочным процессом.	подготовки
--	--	---	------------

## 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

### ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Лекция №1 – Общие закономерности функционального развития организма в онтогенезе. .Переодизация и гетерохронность развития. Сенсетивные периоды. Влияние наследственности и окружающей среды на развитие организма. Влияние наследственности и окружающей среды на развитие организма Акселерация эпохальная и индивидуальная, биологический и паспортный возраст.	2
2	Лекция № 2 Физиологические особенности организма т адаптация детей дошкольного и младшего школьного возраста. <b>Возрастные особенности управления движениями. Особенности формирования двигательных навыков. Реакции вегетативных систем и энергообеспечение физических нагрузок. Влияние систематических физических нагрузок на развитие функций и работоспособностей детей.</b>	2
3	Лекция № 3 Физиологические особенности организма и адаптация детей среднего и старшего школьного возраста <b>Совершенствование центральной регуляции движений. Развитие физических качеств. Особенности энергетики мышечной деятельности. Особенности реакций вегетативных систем на физические нагрузки. Влияние спортивной тренировки на развитие функций и динамику работоспособности у детей</b>	2
4	Лекция № 4 Профессиональный отбор и прогнозирование в спорте. <b>Основные понятия и методические основы спортивного отбора и прогнозирования функциональных возможностей. Роль наследственных свойств и факторов среды в развитии спортивных возможностей человека. Методы исследования наследственных свойств организма.</b> <b>Физиологические основы спортивного отбора и</b>	2

	<b>прогнозирования.</b> <b>Значение комплексной оценки функциональной подготовленности в спортивном отборе и прогнозировании.</b>	
5	Лекция № 5 Физиологические особенности переработки информации у спортсменов .Исследование моторной и сенсорной асимметрии. <b>Значение для спорта процессов переработки информации, их возрастные и половые особенности.Скорость и эффективность тактического мышления, пропускная способность мозга.</b> <b>Помехоустойчивость спортсмена , её возрастные особенности.</b> <b>Сенсорные, моторные и психические асимметрии у человека.</b> <b>Исследования ведущего глаза. Индивидуальный профиль асимметрии.Проявление функциональной асимметрии у спортсменов в различных видах спорта. Физиологические основы управления тренировочным процессом с учётом функциональной асимметрии.</b>	2
6	Лекция №6 <b>Индивидуально-типологические особенности спортсменов их физиолого-генетические основы и развитие в онтогенезе</b> <b>Индивидуально-типологические особенности человека.</b> <b>Развиее типологических особенностей в онтогенезе.</b> <b>Индивидуально-типологические особенности спортсменов и их учет в тренерском процессе.</b> <b>Индивидуально-типологические особенности биоритмов и их влияние на работоспособность человека.</b>	2

**ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА**

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	Практическое занятие № 1. Оценка уровня функционального состояния человека	2
2	Практическое занятие №2- <b>Текущий контроль-1:</b> Физиологические особенности развития и состояние организма детей дошкольного и младшего школьного возраста. (устный опрос)	2
3	Практическое занятие №3 – <b>Текущий контроль-2.</b> Физиологические особенности развития и состояние организма среднего и старшего школьного возраста.(устный опрос)	2
4	Практическое занятие №. 4. Исследование моторной и сенсорной асимметрии	2
5	Практическое занятие №5- <b>Текущий контроль-3 .</b> Оценка и коррекция функциональной подготовленности к физическим нагрузкам, спортивный отбор(устный опрос).	2
6	Практическое занятие №6 Исследование пропускной способности мозга	2
7	Практическое занятие № 7. Исследование эффективности тактического мышления в условиях дефицита времени	2
8	Практическое занятие №8- <b>Текущий контроль-4</b>	2

	.Индивидуально-типологические особенности спортсменов различных специализаций (устный опрос)	
9	Практическое занятие №9 Особенности функционирования организма и его жизнедеятельность в различные периоды индивидуального развития	2

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Семёнова, Г. И. Спортивная ориентация и отбор : учебное пособие для вузов / Г. И. Семёнова ; под научной редакцией И. В. Еркомайшвили. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 105 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07547-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493626>
2. Серова, Л. К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л. К. Серова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06393-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514561>
3. Сибирев, В.В. Психологическое сопровождение в зимних видах спорта : учебное пособие / В.В. Сибирев, Ю.К. Родыгина. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. – 152 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Барчукова, Г.В. Психологическая подготовка спортсменов индивидуально-игровых видов спорта : учебное пособие / Г.В. Барчукова, Е.В. Романина. - Москва : Колос-с, 2018. - 132, [2] с. : ил.
2. Горбунов, Г.Д. Психология физической культуры и спорта : учебник / Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогонов. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Академия, 2014. - 267, [1] с. : ил.
3. Зобкова, Е. А. Спортивный отбор в спорте / Е. А. Зобкова. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 38 с. — ISBN 978-5-8114-9718-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/207530> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Калинина, И.Н. Ориентация и отбор в спортивных играх (на примере футбола) : учебное пособие / И.Н. Калинина, В.А. Блинов ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики футбола и хоккея, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 75 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459419>
5. Сафонов, В. К. Психология спортсмена: слагаемые успеха / В. К. Сафонов. – Москва : Спорт, 2017. – 289 с. : схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471236>
6. Серова, Л. К. Профессиональный отбор в спорте : учебное пособие / Л. К. Серова. – Москва : Человек, 2011. – 161 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461435>
7. Серова, Л. К. Психология отбора в спортивных играх / Л. К. Серова. — Москва : Спорт-Человек, 2019. — 240 с. — ISBN 978-5-9500182-3-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/109856> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
8. Спортивная психология : учебник / Московский городской педагогический университет ; под общ. ред. В. А. Родионова, А. В. Родионова, В. Г. Сивицкого. - Москва : Юрайт, 2014. - 366, [1] с. : ил.
9. Теория и методика спортивного отбора в избранном виде спорта : учебное пособие / составитель С. Д. Зорин. — Чебоксары : ЧГПУ им. И. Я. Яковлева, 2021. — 176 с. —



- Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/192220> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Юров, И.А. Психологические свойства спортсменов : учебное пособие / И.А. Юров. - Москва : Русайнс, 2017. - 107 с. : ил.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН [libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- Университетская информационная система Россия [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Мультимедийные лекции

Корректирующие пробы(бланки), таблицы

№ п/п	Вид помещения	Наименование оборудования
1.	Учебная аудитория для проведения занятий <b>лекционного</b> типа: лекционный зал	мультимедийный презентационный комплекс с доступом в Интернет.
2.	Учебная аудитория для проведения <b>практических</b> занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Экран с мультимедийным комплексом с доступом в Интернет

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

**Кафедра психологии имени А.Ц. Пуни**

Рабочая программа дисциплины

**САМООПРЕДЕЛЕНИЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ОРИЕНТАЦИЯ УЧАЩИХСЯ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

**1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:**

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: **зачет**.

**2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:**

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>	
Психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности	ОПК-6. Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

**2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:**

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-6.	<p>ОПК- 6.1. Знает: - конкретные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; - документацию специалистов (педагогов, дефектологов, логопедов и т.д.) и рекомендации по использованию индивидуально-ориентированных образовательных технологий с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся в учебной деятельности и воспитании личности</p> <p>ОПК-6.2. Умеет: - использовать современные технологии работы с информационными базами данных и иными информационными системами для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-6.3. Имеет опыт: - проведения по известному алгоритму психологических занятий и тренингов с использованием современных психолого-педагогических</p>	<p><b>Знания:</b> - конкретные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; - документацию специалистов (педагогов, дефектологов, логопедов и т.д.) и рекомендации по использованию индивидуально-ориентированных образовательных технологий с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся в учебной деятельности и воспитании личности</p> <p><b>Умения:</b> - использовать современные технологии работы с информационными базами данных и иными информационными системами для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p> <p><b>Навыки:</b> - проведения по известному алгоритму психологических занятий и тренингов с использованием современных психолого-педагогических технологий, необходимых для</p>

	технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.	индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.
--	--	--

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

#### *Очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	30			30					
В том числе:									
Занятия лекционного типа	12			12					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	18			18					
Промежуточная аттестация (зачет)	6			6					
Самостоятельная работа студента	72			72					
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>108</b>		108					
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>		3					

### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

#### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Сущность профессионального самоопределения.	Соотношение понятий: профориентация и профконсультация, профессиональное и личностное самоопределение, профессиональный выбор и карьера. Традиционные направления в профориентации: профинформация, профагитация, профпросвещение, профдиагностика (профотбор, профподбор) и профконсультация. Два принципиальных отличия профессионального и личностного самоопределения. Понятие «карьера» в России и за рубежом. Соотношение понятий «профессиональный выбор» и «самоопределение». Концептуальные уровни помощи человеку в профессиональном и	<b>Знания:</b> - конкретные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; - документацию специалистов (педагогов, дефектологов, логопедов и т.д.) и рекомендации по использованию индивидуально-ориентированных образовательных технологий с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся в учебной деятельности и воспитании личности <b>Умения:</b> - использовать современные технологии работы с информационными базами данных и иными информационными системами для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями <b>Навыки:</b> - проведения по известному

		<p>личностном самоопределении: адаптационно-технологический уровень; социально-адаптационный уровень; ценностно-смысловой и нравственный уровень.</p>	<p>алгоритму психологических занятий и тренингов с использованием современных психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.</p>
2.	<p>Психологические пространства профессионального и личного самоопределения.</p>	<p>Различные типологии профессионального и личностного самоопределения. Типология Е.А.Климова. Типология Д. Холланда. Различные варианты планирования профессионального развития: профессиональные планы и профессиональные перспективы; жизненные стратегии и жизненные сценарии. Типы и уровни самоопределения человека.</p>	<p><b>Знания:</b> - конкретные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; - документацию специалистов (педагогов, дефектологов, логопедов и т.д.) и рекомендации по использованию индивидуально-ориентированных образовательных технологий с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся в учебной деятельности и воспитании личности</p> <p><b>Умения:</b> - использовать современные технологии работы с информационными базами данных и иными информационными системами для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p> <p><b>Навыки:</b> - проведения по известному алгоритму психологических занятий и тренингов с использованием современных психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.</p>
3.	<p>Субъекты профессионального и личного самоопределения.</p>	<p>Специфика профориентационной помощи на различных этапах развития субъекта труда. Профессиографические основы профконсультирования. Понятие «оптант» (по Е.А.Климову). Совокупный, сложноорганизованный и противоречивый характер субъекта профессионального самоопределения. «Парадоксы</p>	<p><b>Знания:</b> - конкретные психолого-педагогические технологии, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями; - документацию специалистов (педагогов, дефектологов, логопедов и т.д.) и рекомендации по использованию индивидуально-ориентированных образовательных технологий с учетом личностных и</p>

	<p>субъектности» в профессиональном самоопределении. Активность и активизация в профессиональном самоопределении. Основные группы задач профессионального самоопределения.</p>	<p>возрастных особенностей обучающихся в учебной деятельности и воспитании личности</p> <p><b>Умения:</b> - использовать современные технологии работы с информационными базами данных и иными информационными системами для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями</p> <p><b>Навыки:</b> - проведения по известному алгоритму психологических занятий и тренингов с использованием современных психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.</p>
--	--	--

#### 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	Лекция № 1. Соотношение понятий: профориентация и профконсультация, профессиональное и личностное самоопределение, профессиональный выбор и карьера.	2
2.	Лекция №2. Различные типологии профессионального и личностного самоопределения. Сфера профессиональных предпочтений.	2
3.	Лекция № 3. Различные варианты планирования профессионального развития: профессиональные планы и профессиональные перспективы; жизненные стратегии и жизненные сценарии. Типы и уровни самоопределения человека.	2
4	Лекция № 4. Концептуальные уровни помощи человеку в профессиональном и личностном самоопределении: адаптационно-технологический уровень; социально-адаптационный уровень; ценностно-смысловой и нравственный уровень.	2
5.	Лекция №5. Специфика профориентационной помощи на различных этапах развития субъекта труда.	2
6.	Лекция №6. Активность и активизация в профессиональном самоопределении. Основные группы задач профессионального самоопределения.	2

#### ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
1.	<b><u>Семинар 1. Общие рекомендации по составлению профориентационных программ*</u></b> Содержание занятия:	2

	<p>Рекомендации по планированию и проведению профориентационных занятий и консультаций.</p> <p>Рассмотрение концептуальной схемы организации взаимодействия профконсультанта с клиентом.</p> <p>Работа студентов с дифференциально-диагностическим опросником (ДДО) Е.А. Климова.</p>	
1.	<p><b><u>Семинар 2. Взаимосвязь типа личности и сферы профессиональной деятельности*</u></b></p> <p><i>Содержание занятия:</i></p> <p>Рассмотрение типологии личности американского психолога Дж. Холланда: реалистический тип; интеллектуальный тип; социальный тип; конвенциональный тип; предприимчивый тип; артистический тип.</p> <p>Работа студентов с опросником профессиональных предпочтений Дж. Холланда;</p> <p>Интерпретация и обсуждение результатов.</p>	2
2.	<p><b><u>Практическое занятие 1. Знакомство с программой для учащихся 8-9 классов*</u></b> <b><u>(различные варианты профконсультирования)</u></b></p> <p><i>Содержание занятия:</i></p> <p>«Восьмиугольник» основных факторов выбора профессии;</p> <p>Опросник «За и против – 1 часть» (обучающиеся сами обрабатывают результаты, а психолог кратко объясняет, какие предварительные выводы можно сделать на их основе);</p> <p>Заключительное слово.</p>	2
2.	<p><b><u>Практическое занятие 2. Знакомство с программой для учащихся 11 классов</u></b></p> <p><i>Содержание занятия:</i></p> <p>Знакомство, объяснение смысла занятий;</p> <p>Опросник «За и против».</p> <p>Бланковая игра с группой «Торг».</p> <p>Игра «Угадай профессию»;</p> <p>Бланковая игра «Бизнес-риск-мен»</p> <p>Заключительное слово.</p>	2
3.	<p><b><u>Практическое занятие 3. Разработка вариантов программ в рамках профильного обучения*</u></b></p> <p><i>Содержание занятия:</i></p> <p>При организации профориентационной работы с учащимися 10-11-х классов выделяют важные особенности работы с учащимися старших («выпускных») классов в рамках профильного обучения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Более прагматическая (по сравнению с учащимися 8-9-х классов) направленность старшеклассников, когда главной заботой все больше становится подготовка к поступлению в вуз.</li> <li>2. Расширяется выбор «элективных курсов», которые «играют определяющую смыслообразующую роль в системе профильного обучения старшеклассников».</li> <li>4. Более важную роль начинает играть индивидуальная работа (включая профконсультации), направленная на планирование дальнейшего развития, подготовки к выбору более конкретной профессии и учебного заведения уже после окончания школы.</li> <li>3. Возрастные особенности старшеклассников позволяют опираться на их более сформированное чувство ответственности за свою судьбу (по сравнению</li> </ol>	2



	с учащимися 8-9-х классов на этапе предпрофильной подготовки).	
3.	<p><b><u>Практическое занятие 4. Разработка вариантов программ при лимите времени</u></b> *</p> <p>Содержание занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Восьмиугольник основных факторов профессии» (с решением 2-3-х задач-ситуаций, а затем - самооценка подростком собственной ситуации самоопределения и ее небольшое совместное обсуждение);</li> <li>• Карточная методика «Формула» (методика позволяет выделить несколько наиболее приемлемых варианта выбора);</li> <li>• Методика «Схема альтернативного выбора» (выбирается наиболее.</li> </ul>	2
3.	<p><b><u>Практическое занятие 5. Построение личной профессиональной перспективы.</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Опросник по схеме построения личной профессиональной перспективы – ЛПП (подросток заполняет опросник письменно).</li> <li>• Карточная методика «Формула».</li> <li>• Карточная игра «Человек-Судьба-Черт» .</li> <li>• Общее подведение итогов (оценка действий подростка в игре и рекомендации по более успешному поведению уже в реальной жизни).</li> </ul>	2
3.	<p><b><u>Семинар 3. Определение факторов выбора профессии.</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Карточная методика «Кто? Что? Где?» (совместное определение нескольких вариантов наиболее приемлемых профессий).</li> <li>• Подведение предварительных итогов.</li> </ul>	2
3.	<p><b><u>Практическое занятие 6. «Парадоксы субъектности» в профессиональном самоопределении.</u></b></p> <p>Методика «Схема альтернативного выбора» (обстоятельное обсуждение выбранных ранее и уточненных вариантов не менее, чем по 15- 20 факторам выбора);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Общее подведение итогов и рекомендации по самостоятельные действия учащихся для достижения выделенных целей.</li> </ul>	2

## **5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

### **ОСНОВНАЯ:**

1. Панина, С. В. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся : учебник и практикум для вузов / С. В. Панина, Т. А. Макаренко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04267-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510714>
2. Социальная педагогика. Профориентация и самоопределение детей-сирот : учебное пособие для вузов / Л. В. Байбородова [и др.]; ответственный редактор Л. В. Байбородова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08343-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513256>

### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Володина, Ю. А. Психология профессионального самоопределения подростков и юношей : учебное пособие / Ю. А. Володина. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2022. — 200 с. : ил., табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=621519>
2. Профессиональная ориентация в системе высшего инклюзивного образования : учебное пособие / К. А. Волкова, В. В. Дегтярева, Т. Н. Дегтярева, М. П. Сутырина ; под общей редакцией Л. А. Осьмук. — Новосибирск : НГТУ, 2019. — 176 с. — ISBN 978-5-7782-3965-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/152289> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Пряжников, Н.С. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Н.С. Пряжников, Л.С. Румянцева. — Москва : Академия, 2013. — 206, [1] с. : ил.
4. Раянова, Ю.Ю. Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся : учебное пособие / Ю.Ю. Раянова ; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. — Омск, 2019. — 248 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся : практикум / сост. Э. М. Ахмедова ; Северо-Кавказский федеральный университет. — Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. — 120 с. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494804>
6. Чурекова, Т. М. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся : учебное пособие / Т. М. Чурекова, Г. А. Грязнова. — Кемерово : КеМГУ, 2014. — 162 с. — ISBN 978-5-8353-1705-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/61432> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Шаповалова, В. С. Профессиональное самоопределение школьников: теория, история, практика / В. С. Шаповалова, И. В. Чельшева ; под ред. В. С. Шаповаловой. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2018. — 396 с. : ил., табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=480172>

## **6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (модуля):**

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://elibrary.rsl.ru>(link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>(link is external)
- Министерство спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/>(link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа №421 (4 этаж, нежилое помещение № 2) – Специализированная мебель: Учебный стол-45шт, скамья-45шт., стол письменный-2шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55\* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165\*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - № лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов АBBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. АBBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.
- Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №317 (2 этаж, нежилое помещение № 5) – Специализированная мебель: Учебный стол-15шт, скамья-15шт., стол письменный-1шт., стул-2шт., кушетка-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., проектор Acer X125Н-1шт., экран переносной-1шт., ноутбук SONYVAIOVPC-CW1E1R/BU-1шт.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - № лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) № лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов АBBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес-версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. АBBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.
- Кабинет психорегуляции (аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) (2 этаж, нежилое помещение № 20) – Кресло-30 шт., аудио система Sony Hi-

Fi с Wi-Fi/BLUETOOTH, компьютерный комплекс НС "Психотест"-1шт., ноутбук HP Pavilion 15-ba005ur A8-7410/6G/1T/AMD R5-1шт.

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

**Кафедра спортивной медицины и комплексной реабилитации**

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Рабочая программа дисциплины

Направленность (профиль) образовательной программы

**СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА**

**Психология спорта**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) Компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Профессиональные компетенции</b>	
Профессиональные компетенции	ПК-3. Способен участвовать в разработке и реализации методического сопровождения разных стадий спортивного отбора.

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ПК-3.	<p>ПК-3.1 . <b>Знает:</b> этапы спортивного отбора, критериев их реализации.</p> <p>ПК- 3.2. <b>Умеет:</b> разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки.</p> <p>ПК- 3.3. <b>Имеет опыт:</b> применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.</p>	<p>ПК-3.1. Знания: этапов спортивного отбора, критериев их реализации.</p> <p>ПК- 3.2. Умения: разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки.</p> <p>ПК- 3.3. Навыки: применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.</p>

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

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры								
		1	2	3	4	5	6	7	8	
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	66								66	
В том числе:										
Занятия лекционного типа	16								16	
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)	32								32	
Промежуточная аттестация (экзамен)	18								18	
Самостоятельная работа студента	42								42	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>Часы</b>	<b>108</b>							<b>108</b>	
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>							<b>3</b>	



#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общая патология	<p>Понятие о здоровье. Понятие о предболезни. Понятие о болезни. Периоды болезни. Понятие об этиологии. Понятие о патогенезе. Понятие об иммунитете. Нарушения иммунной системы. Понятие об аллергии. Иммунная система при занятиях спортом. Понятие о конституции, типы конституции. Понятие о наследственности. Типовые патологические процессы. Понятие о воспалении, лихорадке, лейкоцитозе, лейкопении. Типовые нарушения системы кровообращения.</p>	<p>ПК-3. ПК-3.1. Знания: этапов спортивного отбора, критериев их реализации. ПК- 3.2. Умения: разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. ПК- 3.3. Навыки: применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.</p>
2.	Морфофункциональные особенности систем организма спортсмена.	<p>Оценка состояния здоровья спортсменов. Методы обследования спортсменов. Сердечно-сосудистая система при занятиях спортом. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы спортсменов, методы оценки. Спортивное сердце. Система внешнего дыхания при занятиях спортом, методы оценки. Функциональные пробы системы внешнего дыхания, методы оценки. Нервная система при занятиях спортом, методы оценки.</p>	<p>ПК-3. ПК-3.1. Знания: этапов спортивного отбора, критериев их реализации. ПК- 3.2. Умения: разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. ПК- 3.3. Навыки: применения</p>

			психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.
3.	Врачебно-педагогические наблюдения.	Врачебно-педагогические наблюдения, определение, задачи. Формы, методы врачебно-педагогических наблюдений. Самоконтроль спортсмена. Врачебный контроль за детьми и подростками. Врачебный контроль за женщинами. Медицинское обеспечение массовой физической культуры.	ПК-3. ПК-3.1. Знания: этапов спортивного отбора, критериев их реализации. ПК- 3.2. Умения: разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. ПК- 3.3. Навыки: применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.
4.	Спортивный травматизм и неотложные состояния в спорте. Внезапная смерть в спорте.	Спортивные травмы. Первая помощь при спортивных травмах, метод ПЛДП (покой, лед, давление, подъем). Открытые и закрытые повреждения. Понятие об ушибах. Переломы, виды переломов, первая помощь при закрытых и открытых переломах. Травматические вывихи. Кровотечения, способы	ПК-3. ПК-3.1. Знания: этапов спортивного отбора, критериев их реализации. ПК- 3.2. Умения: разрабатывать психологические

		<p>временной остановки кровотоков. Черепно-мозговые травмы. Обморочные (синкопальные) состояния в спорте, виды, первая помощь. Понятие о гипогликемии. Внезапная смерть в спорте. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Понятие о переохлаждении и отморожении, первая помощь. Понятие об ожогах, первая помощь.</p>	<p>критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. ПК- 3.3. Навыки: применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.</p>
5.	<p>Частная патология. Хроническое перенапряжение спортсменов. Восстановительные средства в спорте.</p>	<p>Заболевания сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, пищеварительной, мочевыделительной систем спортсменов. Перетренированность. Хроническое перенапряжение сердечно-сосудистой системы спортсменов. Хроническое перенапряжение опорно-двигательного аппарата спортсменов. Понятие о допингах. Восстановительные средства в спорте.</p>	<p>ПК-3. ПК-3.1. Знания: этапов спортивного отбора, критериев их реализации. ПК- 3.2. Умения: разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. ПК- 3.3. Навыки: применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных</p>

## 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

### ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Лекция № 1. Понятие о здоровье. Понятие о предболезни. Понятие о болезни. Классификация болезней. Периоды болезни. Понятие об этиологии. Внешние (экзогенные) причины возникновения болезни.	2
1.	Лекция № 2. Понятие об этиологии. Внутренние (эндогенные) причины возникновения болезни. Понятие об иммунитете. Нарушения иммунной системы. Понятие об аллергии. Иммунная система при занятиях спортом. Понятие о конституции, типы конституции.	2
2.	Лекция № 3. Сердечно-сосудистая система при занятиях спортом. Понятие о спортивном сердце. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы спортсменов, методы оценки.	2
3.	Лекция № 4. Врачебно-педагогические наблюдения, определение, задачи. Формы и методы врачебно-педагогических наблюдений. Самоконтроль спортсмена.	2
4.	Лекция № 5. Спортивный травматизм. Спортивные травмы, классификация. Первая помощь при спортивных травмах, метод ПЛДП (покой, лед, давление, подъем). Открытые и закрытые повреждения. Понятие об ушибах. Переломы, определение, виды переломов, первая помощь при закрытых и открытых переломах. Травматические вывихи. Кровотечения, способы временной остановки кровотечений. Черепно-мозговые травмы.	2
4.	Лекция № 6. Неотложные состояния в спорте. Обморочные (синкопальные) состояния в спорте, виды, первая помощь. Понятие о гипогликемии. Внезапная смерть в спорте. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Понятие о переохлаждении и отморожении, первая помощь. Понятие об ожогах, первая помощь.	2
5.	Лекция № 7. Хроническое физическое перенапряжение опорно-двигательной системы спортсменов.	2
5.	Лекция № 8. Восстановительные средства в спорте. Педагогические, психологические, медицинские средства восстановления спортсменов. Современные технологии восстановления в спорте.	2

### ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Практическое занятие №1. Понятие о патогенезе. Типовые патологические процессы. Понятие о воспалении, лихорадке, лейкоцитозе, лейкопении. Типовые нарушения системы кровообращения.	2

1.	Практическое занятие №2. Текущий контроль №1. «Общая патология».	2
2.	Практическое занятие №3. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы. Оценка частоты пульса и артериального давления в состоянии покоя. Методика проведения функциональных проб сердечно-сосудистой системы..	2
2.	Практическое занятие №4. Оценка типов реакции сердечно-сосудистой системы на функциональные пробы сердечно-сосудистой системы.	2
2.	Практическое занятие №5. Текущий контроль №2. «Сердечно-сосудистая система при занятиях спортом». Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы. Электрокардиография. Холтеровское мониторирование. Эхокардиография.	2
2.	Практическое занятие №6. Система внешнего дыхания при занятиях спортом. Методы исследования дыхательной системы спортсменов. Жизненная емкость легких. Функциональные пробы дыхательной системы.	2
2.	Практическое занятие №7. Текущий контроль №3. «Система внешнего дыхания при занятиях спортом».	2
2.	Практическое занятие №8. Нервная система при занятиях спортом. Вегетативная нервная система, оценка функционального состояния вегетативной нервной системы спортсменов. Понятие об анализаторах.	2
2.	Практическое занятие №9. Текущий контроль №4. «Нервная система при занятиях спортом».	2
3.	Практическое занятие №10. Врачебно-педагогические наблюдения, определение, задачи. Формы и методы врачебно-педагогических наблюдений. Самоконтроль спортсмена.	2
3.	Практическое занятие №11. Текущий контроль №5. «Врачебно-педагогические наблюдения».	2
3.	Практическое занятие №12. Спортивный травматизм и неотложные состояния в спорте.	2
4.	Практическое занятие №13. Текущий контроль №6. «Спортивный травматизм и неотложные состояния в спорте».	2
5.	Практическое занятие №14. Текущий контроль №7. Перетренированность. Хроническое физическое перенапряжение спортсменов.	2
4.	Практическое занятие №15. Рубежный контроль №1.	2
5.	Практическое занятие №16. Рубежный контроль №2.	2

## **5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

### **ОСНОВНАЯ:**

1. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518928>
2. Белова, Л.В. Спортивная медицина : учебное пособие / Л.В. Белова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». — Ставрополь : СКФУ, 2016. — 149 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458915>
3. Граевская, Н.Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия : [учебное пособие] / Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова. - Москва : Спорт : Человек, 2018. - 707, [1] с. : ил.
4. Левенков, А.Е. Физические методы в комплексной реабилитации заболеваний и спортивных травм : учебное пособие. - Санкт-Петербург :НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. — 118 с. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
5. Лутков, В.Ф. Методы и методики функциональных лейкопластырных повязок в спортивной медицине : учебное пособие / В.Ф. Лутков; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. — 164 с. : ил. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки. - Загл. с титула экрана.

### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Ериков, В.М. Спортивная медицина : учебно-методическое пособие. - Москва : РУСАЙНС, 2021. - 123 с.
2. Заболевания спортсменов : учебник / А.В. Смоленский, О.И. Беличенко, А.В. Тарасов, С.Ю. Золичева; под редакцией А. В. Смоленского, А. В. Тарасова. - Москва : Спорт, 2020. - 215 с. : ил.
3. Лутков, В.Ф. Современные методики тейпирования для профилактики перенапряжения опорно-двигательного аппарата спортсменов : учебное пособие. - СПб. : [б. и.], 2018. — 155 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Макарова, Г.А. Спортивная медицина : учебник для студентов вузов / Г.А. Макарова. - Москва : Советский спорт, 2006. - 478 с. : ил.
5. Миллер, Л.Л. Общая патология в спортивной медицине : учебное пособие. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2018. — 82 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Миллер, Л.Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Л.Л. Миллер. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2010. — 170 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
7. Миллер, Л. Спортивная медицина : учебное пособие / Л. Миллер; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Москва : Человек, 2015. - 183 с.
8. Прогнозирование и комплексная профилактика профессиональных заболеваний в спорте : учебное пособие / О.Б. Крысюк, И.А. Афанасьева, Д.Д. Дальский, Э.В. Науменко. - Санкт-Петербург : Изд-во Политехн. ун-та, 2015. - 128 с. : ил.
9. Ромашин, О. В. Некоторые неотложные состояния в практике спортивной медицины : учебное пособие для вузов / О. В. Ромашин, А. В. Смоленский, В. Ю.

- Преображенский. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 132 с. — ISBN 978-5-8114-9693-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/197713>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Руководство к практическим занятиям по курсу спортивной медицины : учебное пособие / С.Г. Куртев, И.А. Кузнецова, С.И. Еремеев, Л.А. Лазарева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены. — 4-е изд., стер. — Омск : Издательство СибГУФК, 2016. — 152 с. : таб. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483298>
  11. Спортивная медицина : учебник / под ред. А. В. Смоленского. - Москва : Академия, 2015. - 318, [1] с. : ил.
  12. Спортивная медицина: курс лекций и практических занятий : учебное пособие / В. С. Бакулин, А. Н. Богачев, И. Б. Грецкая, М. М. Богомолова. — Волгоград : ВГАФК, 2019. — 219 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158217>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
  13. Спортивная медицина : учебник / составитель В. П. Власова. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2019. — 322 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/163498>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
  14. Усанова, А.А. Основы лечебной физкультуры и спортивной медицины : учебное пособие. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2017. - 253, [1] с. : ил.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.пф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://www.diss.rsl.ru/>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link isexternal\)](http://window.edu.ru/(link isexternal))
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link isexternal\)](http://www.minsport.gov.ru/(link isexternal))
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

- **Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа № 305** (3 этаж, нежилое помещение №13) – Специализированная мебель: Учебный стол-33шт., скамья-33шт., стол письменный-1шт., стул-4 шт., трибуна-1шт. Оборудование: доска меловая-2шт., стационарное мультимедийное оборудование (Проектор NEC NP115 1x0.55\* DarkChip2DMD, Экран Screen Media Goldview 16;9 GB 171x171(165\*92)-1шт., персональный компьютер RAMECSTORMWXPpROdm с монитором LG L1719S1400-1шт.
- **Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации №304** (3 этаж, нежилое помещение №9) – Специализированная мебель: Учебный стол-17шт, скамья-17шт., стол письменный-1шт. стул-1шт. Оборудование: доска меловая-1шт., наглядные учебные пособия, информационные стенды.
- Перечень лицензионного программного обеспечения: Операционная система Microsoft Windows: 8, 10 Pro - №№ лицензий 64663702 от 21.01.2015, 64715749 от 24.01.2015 срок использования – бессрочно. Пакет прикладных программ Microsoft Office:2013, 2016 (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access) №№ лицензий 68894043 от 19.12.2011г.; 45665275 от 21.01.2015г., срок использования – бессрочно. Система оптического распознавания текстов ABBYY Finereader 14, лицензия № af14-2p1v50-102, от 09.09.2019г.; срок использования – бессрочно. Управление и защита данных ЭВМ Kaspersky Endpoint Security – бизнес версия – № лицензии 1C1C1910100745121401551, срок использования – ежегодная пролонгация. Webinar – платформа для вебинаров, Лицензионный договор №С-6161 от 03.11.2020, срок использования –ежегодная пролонгация. ABBYY PDF Transformer+ – Сублицензионный договор № К-15 от. 07.11.2018г., срок использования – бессрочно. LibreOffice – свободно распространяемый офисный пакет; AcrobatReader – свободно распространяемое программное обеспечение (просмотр документов PDF, DjVU); Справочно-правовая система КонсультантПлюс – обеспечивающий свободный доступ к информации нормативно-правового характера, лицензия № 348005 от 23.12.2019г., срок использования – бессрочно.



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

**Кафедра физиологии**

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Рабочая программа дисциплины

Направленность (профиль) образовательной программы

**СПОРТИВНАЯ ФИЗИОЛОГИЯ**

**Психология спорта**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*.

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>	
Методической	<b>ПК-3</b> Способен участвовать в разработке и реализации методического сопровождения разных стадий спортивного отбора

### 2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
<b>ПК-3</b> Способен участвовать в разработке и реализации методического сопровождения разных стадий спортивного отбора	<b>ПК-3.1</b> <b>Знает:</b> - этапы спортивного отбора, критериев их реализации. <b>ПК-3.2</b> <b>Умеет:</b> - разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. <b>ПК-3.3</b> <b>Имеет опыт:</b> - применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.	<b>Знает:</b> - этапы спортивного отбора, критериев их реализации. <b>Умеет:</b> -разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. <b>Имеет опыт:</b> - применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.

**3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:**  
*очная форма обучения*

Вид учебной работы		Всего часов	семестры										
			1	2	3	4	5	6	7	8			
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>		108											
В том числе:													
Занятия лекционного типа		16					16						
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)		26					26						
Промежуточная аттестация ( экзамен)		18					18						
Самостоятельная работа студента		48					48						
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>108</b>					108						
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>					3						

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	<p>Введение в физиологию спорта.</p> <p>Функциональные резервы спортсмена.</p> <p>Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений.</p>	<p>Предмет, методы и история физиологии спорта, место физиологии в системе наук о спорте. Понятие о функциональных резервах организма и их классификация. Количественная оценка функциональных резервов и их мобилизация. Увеличение диапазона функциональных резервов с повышением специальной работоспособности спортсменов. Различные критерии классификации. Физиологическая классификация физических упражнений по В.С. Фарфелю. Физиологическая характеристика спортивных поз и статической работы. Натуживание. Физиологическая характеристика стандартных (стереотипных) циклических и ациклических упражнений. Физиологическая характеристика нестандартных (ситуационных) упражнений.</p>	<p>Знает: - этапы спортивного отбора, критериев их реализации.</p> <p>Умеет: -разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки.</p> <p>Имеет опыт: - применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.</p>
2.	<p>Физиологическая характеристика при физических и рабочих состояниях организма при физических нагрузках.</p> <p>Физиологические механизмы утомления в спорте.</p> <p>Физиологические основы восстановления в спорте.</p>	<p>Физиологические механизмы и разновидности предстартовых состояний. Физиологическая характеристика разминки и вработывания. Физиологическая характеристика устойчивого состояния при циклических упражнениях. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и статических упражнениях. Стадии развития утомления при физической работе. Определение и физические механизмы утомления. Факторы утомления при различной работе. Восстановление различных функций вовремя и после работы. Основные закономерности восстановления. Фазы восстановления и их значение в спортивной тренировке. Особенности восстановления после</p>	<p>Знает: - этапы спортивного отбора, критериев их реализации.</p> <p>Умеет: -разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки.</p> <p>Имеет опыт: - применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.</p>

		различных спортивных нагрузок. Средства повышения эффективности восстановления.	
3	<p>Общая характеристика физиологических сдвигов в организме при мышечной деятельности. Физиологические показатели тренированности</p>	<p>Изменения деятельности различных систем организма при мышечной деятельности. Основные закономерности физиологических сдвигов при мышечной работе постоянной мощности. Физиологические сдвиги при мышечной работе переменной мощности. Прикладное значение показателей физиологических сдвигов для оценки работоспособности спортсменов. Общая физиологическая характеристика тренированности и перетренированности. Тестирование функциональной подготовленности в покое и при стандартных и предельных нагрузках, оценка аэробных и анаэробных возможностей. Влияние гипокинезии, гиподинамии и других факторов жизни современного человека. Значение физических упражнений для повышения неспецифической устойчивости организма и оздоровление населения. Значение массовых форм физической культуры (туризма, утренней гимнастики и профессионально-прикладной физической подготовки и др.) для повышения работоспособности и повышения труда.</p>	<p>Знает: - этапы спортивного отбора, критериев их реализации. Умеет: -разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. Имеет опыт: - применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.</p>
4	<p>Физиологические механизмы развития двигательных навыков и физических качеств. Физиологические механизмы развития мышечной силы и быстроты. Возрастные особенности управления</p>	<p>Двигательные умения и навыки, методы их исследования. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков: функциональная система (афферентный синтез, программирование), доминанта, двигательный динамический стереотип. Стадии (фазы) формирования двигательных навыков: наглядно-образная модель, генерализация, (иррадиация), концентрация, стабилизация, автоматизация движений. Физиологические</p>	<p>Знает: - этапы спортивного отбора, критериев их реализации. Умеет: -разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. Имеет опыт: - применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.</p>

	<p>движениями.  <b>Физиологические механизмы развития выносливости, ловкости и гибкости.</b>  <b>Особенности возрастного развития физических качеств.</b></p>	<p>основы совершенствования двигательных навыков (обратные связи, дополнительная информация). <b>Формы проявления мышечной силы: абсолютная и относительная мышечная сила, статическая (изометрическая) и динамическая сила. Максимальная и минимальная произвольная сила. Физиологические механизмы развития силы. Значение состава (композиции) мышечных волокон, активации и синхронизации двигательных единиц, межмышечной координации, психофизиологических механизмов. Виды гипертрофии мышц. Скоростно-силовые возможности организма (взрывная сила). Физиологические основы тренировки силовых и скоростно-силовых качеств. Функциональные резервы мышечной силы. Формы проявления, физиологические механизмы и резервы развития быстроты. Физиологическая характеристика нестандартных (ситуационных) упражнений. Формы проявления выносливости: общая и специальная (статическая, силовая, скоростная, к длительной динамической работе и др.). Физиологические механизмы развития выносливости. Понятие об аэробной и анаэробной ёмкости, пороге анаэробного обмена (ПАНО). Функциональные резервы выносливости. Понятие о ловкости. Способность к координации движений по силовым, временным и пространственным характеристикам, к переключениям и созданию новых форм движений. Значение экстраполяции.</b></p>	
5	<p><b>Физиологическая характеристика адаптации организма</b></p>	<p>Понятие об адаптации, виды и индивидуальные типы адаптации. Физиологические механизмы и стадии адаптации. «Цена адаптации». Физиологические особенности срочной и долговременной адаптации к физическим нагрузкам.</p>	<p>Знает: - этапы спортивного отбора, критериев их реализации.  Умеет: -разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки.</p>

		Функциональная система адаптации.	Имеет опыт: - применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.
6	Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды. Физиологические основы спортивной тренировки женщин	Влияние пониженного атмосферного давления в горах на спортивную работоспособность. Влияние повышенного давления и других факторов водной среды на спортивную работоспособность. Спортивная работоспособность в условиях повышенной температуры и влажности окружающей среды. Влияние биологических ритмов на работоспособность спортсменов. Морфофункциональные особенности женского организма. Изменения функциональных возможностей женского организма при регулярных занятиях физическими упражнениями. Функциональные особенности женского организма, повышающие или лимитирующие спортивную работоспособность. Физиологические основы индивидуализации тренировочного процесса с учетом фаз специфического биологического цикла (ОМЦ).	Знает: - этапы спортивного отбора, критериев их реализации. Умеет: -разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. Имеет опыт: - применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.
7	Физиолого-генетические особенности спортивного отбора	Основные генетические понятия закономерности наследования морфофункциональных признаков организма человека. Физиолого-генетические подход к вопросам спортивного отбора и прогнозирования в спорте	Знает: - этапы спортивного отбора, критериев их реализации. Умеет: -разрабатывать психологические критерии спортивного отбора в зависимости от этапа спортивной подготовки. Имеет опыт: - применения психологических методов, методик, приемов по реализации спортивного отбора спортсмена (команды) на разных этапах его подготовки.

## 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

### ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p><b>Лекция № 1.</b> Предмет, методы и история физиологии спорта, место физиологии в системе наук о спорте. Понятие о функциональных резервах организма и их классификация.</p> <p>Количественная оценка функциональных резервов и их мобилизация. Увеличение диапазона функциональных резервов с повышением специальной работоспособности спортсменов. Различные критерии классификации.</p> <p>Физиологическая классификация физических упражнений по В.С. Фарфелю. Физиологическая характеристика спортивных поз и статической работы. Натуживание. Физиологическая характеристика стандартных (стереотипных) циклических и ациклических упражнений.</p> <p>Физиологическая характеристика нестандартных (ситуационных) упражнений</p>	2
2.	<p><b>Лекция №2</b> Физиологические механизмы и разновидности предстартовых состояний. Физиологическая характеристика разминки и вработывания. Физиологическая характеристика устойчивого состояния при циклических упражнениях. Состояние оптимальной работоспособности при упражнениях переменной мощности, ациклических и статических упражнениях</p>	2
3	<p><b>Лекция №3</b> Стадии развития утомления при физической работе</p> <p>Определение и физические механизмы утомления. Факторы утомления при различной работе. Восстановление различных функций вовремя и после работы. Основные закономерности восстановления. Фазы восстановления и их значение в спортивной тренировке. Особенности восстановления после различных спортивных нагрузок. Средства повышения эффективности восстановления.</p>	2
4.	<p><b>Лекция №4</b> Двигательные умения и навыки, методы их исследования. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков: функциональная система (афферентный синтез, программирование), доминанта, двигательный динамический стереотип. Стадии (фазы) формирования двигательных навыков: наглядно-образная модель, генерализация, (иррадиация), концентрация, стабилизация, автоматизация движений. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (обратные связи, дополнительная информация). Формы проявления мышечной силы: абсолютная и относительная мышечная сила, статическая (изометрическая) и динамическая сила. Максимальная и минимальная произвольная сила. Физиологические механизмы развития силы. Значение состава (композиции) мышечных волокон, активации и синхронизации двигательных единиц, межмышечной координации, психофизиологических механизмов. Виды гипертрофии мышц. Скоростно-силовые возможности организма (взрывная сила). Физиологические основы тренировки силовых и скоростно-силовых качеств. Функциональные резервы мышечной силы.</p>	2
5.	<p><b>Лекция №5</b> Формы проявления, физиологические механизмы и резервы развития быстроты. Физиологическая характеристика нестандартных (ситуационных) упражнений. Формы проявления выносливости: общая и специальная (статическая, силовая, скоростная, к длительной динамической работе и др.). Физиологические механизмы развития выносливости.</p>	2



	Понятие об аэробной и анаэробной ёмкости, пороге анаэробного обмена (ПАНО). Функциональные резервы выносливости. Понятие о ловкости. Способность к координации движений по силовым, временным и пространственным характеристикам, к переключениям и созданию новых форм движений. Значение экстраполяции.	
6.	<b>Лекция №6</b> Физиологическая характеристика адаптации организма. Понятие об адаптации, виды и индивидуальные типы адаптации. Физиологические механизмы и стадии адаптации. «Цена адаптации». Физиологические особенности срочной и долговременной адаптации к физическим нагрузкам Функциональная система адаптации.	2
7.	<b>Лекция №7</b> Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды. Влияние пониженного атмосферного давления в горах на спортивную работоспособность. Влияние повышенного давления и других факторов водной среды на спортивную работоспособность Спортивная работоспособность в условиях повышено температуры и влажности окружающей среды. Влияние биологических ритмов на работоспособность спортсменов	2
8.	<b>Лекция №8</b> Морфофункциональные особенности женского организма. Изменения функциональных возможностей женского организма при регулярных занятиях физическими упражнениями. Функциональные особенности женского организма, повышающие или лимитирующие спортивную работоспособность. Физиологические основы индивидуализации тренировочного процесса с учетом фаз специфического биологического цикла (ОМЦ).	2

### **ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА**

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1	<b>Практические занятия-1-ТК-1</b> - Общая характеристика физиологических классификаций физических упражнений. Физиологическая сущность циклических упражнений. Физиологическая характеристика физических упражнений различной мощности. Основные функциональные особенности стереотипных ациклических упражнений. Физиологическая характеристика прицельных упражнений. Физиологические особенности упражнений, оцениваемых по качеству выполнения в баллах. Основные физиологические черты ситуационных упражнений.(Устный опрос)	2
2	<b>Практическое занятие -2</b> -Физиологическая характеристика статических усилий. Физиологическая характеристика работы умеренной мощности Исследование динамики частоты сердечных сокращений. Исследование минутного объема и частоты дыхания. Исследование артериального давления. Исследование времени простой двигательной реакции.	2
3	<b>Практическое занятие - 3</b> -Физиологическая характеристика работы максимальной и субмаксимальной мощности Исследование динамики частоты сердечных сокращений. Исследование минутного объема и частоты дыхания. Исследование артериального давления.	2

4	<b>Практическое занятие-4-</b> – Физиологическая характеристика динамической работы умеренной мощности. Исследование динамики частоты сердечных сокращений. Исследование минутного объема и частоты дыхания. Исследование артериального давления. Исследование времени простой двигательной реакции.	2
5	<b>Практическое занятие -5-</b> Физиологическая характеристика работы переменной мощности Степень корреляции показателей сердечно-сосудистой системы и мощности выполняемой динамической работы. Степень корреляции показателей системы дыхания и мощности выполняемой работы.	2
6	<b>Практическое занятие-6 - РК-2 -</b> (Устный опрос) Характеристика физиологических состояний при мышечной деятельности различной мощности и характера (по полученным материалам) 1. Физиологическая характеристика работы статического характера, динамического – работа максимальной, субмаксимальной и умеренной мощности. 2. Методики регистрации физиологических показателей: ЧСС, АД крови, параметров внешнего дыхания (ЛВ, ЧД, глубины дыхания), ВРД по хроноскопу, тонуса мышц, расчет КЗ, КД, энерготрат и углеводов. 3. При какой мощности работы происходят наибольшие изменения физиологических показателей. 4. В каком режиме сокращений совершается работа статического, динамического характера. 5. Объяснить феномен Лингардта – Верещагина 6. Работа, в каких мощностях совершается в аэробном и анаэробном режимах. 7. Физиологическая характеристика вработывания, устойчивого состояния, утомления	2
7	<b>Практическое занятие -7-</b> Определение показателей физической работоспособности по аэробным возможностям организма.	2
8	<b>Практическое занятие -8-</b> Определение показателей физической работоспособности по анаэробным возможностям организма.	2
9	<b>Практическое занятие 9--ТК-2</b> (Устный опрос) Двигательные качества умения, навыки Двигательные умения и навыки, методы их исследования. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков: функциональная система (афферентный синтез, программирование), доминанта, двигательный динамический стереотип. Стадии (фазы) формирования двигательных навыков: наглядно-образная модель, генерализация, (иррадиация), концентрация, стабилизация, автоматизация движений. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков (обратные связи, дополнительная информация). Формы проявления мышечной силы: абсолютная и относительная мышечная сила, статическая (изометрическая) и динамическая сила. Максимальная и минимальная произвольная сила. Физиологические механизмы развития силы. Значение состава (композиции) мышечных волокон, активации и синхронизации двигательных единиц, межмышечной координации, психофизиологических	2

	механизмов. Виды гипертрофии мышц. Скоростно-силовые возможности организма (взрывная сила). Физиологические основы тренировки силовых и скоростно-силовых качеств. Функциональные резервы мышечной силы.	
10	<p><b>Практическое занятие 10-ТК-3-</b> (Устный опрос) Физиологические механизмы адаптации организма.</p> <p>Понятие об адаптации. Виды адаптации и индивидуальные типы. Стадии адаптации. «Цена» адаптации.</p> <p>Срочная и долговременная адаптация. Функциональная система адаптации</p> <p>Физиологические механизмы развития силы. Значение состава (композиции) мышечных волокон, активации и синхронизации двигательных единиц, межмышечной координации, психофизиологических механизмов. Виды гипертрофии мышц. Скоростно-силовые возможности организма (взрывная сила). Физиологические основы тренировки силовых и скоростно-силовых качеств. Функциональные резервы мышечной силы. Формы проявления, физиологические механизмы и резервы развития быстроты. Физиологическая характеристика нестандартных (ситуационных) упражнений</p>	2
11	<p><b>Практическое занятие 11 – ТК-4 (Устный опрос)</b> Влияние различных факторов внешней среды на работоспособность</p> <p>Влияние пониженного атмосферного давления в горах на спортивную работоспособность. Влияние повышенного давления и других факторов водной среды на спортивную работоспособность. Спортивная работоспособность в условиях повышенной температуры и влажности окружающей среды. Влияние биологических ритмов на работоспособность спортсменов.</p>	2
12	<p><b>Практическое занятие 12-ТК-5-</b> - (Устный опрос) Физиологические основы спортивной тренировки женщин</p> <p>Значение повышения работоспособности и укрепления здоровья женщин в современном обществе. Особенности деятельности центральной нервной системы у женщин.</p> <p>Особенности развития сенсорных систем (анализаторов) женского организма. Морфофункциональные особенности двигательного аппарата у женщин. Развитие и проявление физических качеств у женщин.</p> <p>Энерготраты женского организма в покое и при нагрузке. Аэробные и анаэробные возможности организма женщин. Функциональные особенности дыхания и кровообращения, состава крови организме женщин. Специфический биологический (овариально - менструальный) цикл женского организма (ОМЦ), его физиологические механизмы и фазы.</p> <p>Влияние ОМЦ на работоспособность женского организма. Построение тренировочного процесса спортсменок с учетом ОМЦ.</p>	2
13	<p><b>Практическое занятие 13-ТК-6( Устный опрос)</b>Физиолого-генетические основы спортивного отбора и прогнозирования</p>	2

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Барчуков, И.С. Физиологические показатели тренированности спортсменов : учебное пособие / И.С. Барчуков, Г.В. Барчукова. - Москва : РУСАЙНС, 2021. - 180, [1] с.
2. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09793-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490267>
3. Методы физиологических исследований : учебное пособие / Д.С. Мельников, Ю.А. Поварешенкова, В.В. Селиверстова, Н.В. Кудрявцева. - Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. -85 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Солодков, А.С. Физиология спорта: функциональные состояния спортсменов и способы их восстановления : учебное пособие / А.С. Солодков ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — Санкт-Петербург : [б. и.], 2015. — 94 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Чинкин, А. С. Физиология спорта : учебное пособие / А. С. Чинкин, А. С. Назаренко. — Москва : Спорт-Человек, 2016. — 120 с. — ISBN 978-5-9907239-2-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97445>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Бордуков, М. И. Управление физической работоспособностью при занятиях физической культурой и спортом : учебное пособие / М. И. Бордуков, Л. К. Сидоров, И. В. Трусей. — Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2021. — 208 с. — ISBN 978-5-00102-474-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/199970> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Бурякин, Ф.Г. Диагностика утомления и симптоматика восстановления в спорте (методологические основы) : учебник / Ф.Г. Бурякин. — Москва : РУСАЙНС, 2021. — 145 с. : ил.
3. Замчий, Т.П. Физиология физкультурно-спортивной деятельности : практикум / Т.П. Замчий, Ю.П. Салова ; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. — Омск, 2018. — 144 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Караулова, Л.К. Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности : учебник / Л.К. Караулова. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 334, [1] с. : ил.
5. Кудря, О.Н. Физиологические методы исследования и их применение в подготовке спортсменов : практикум / О.Н. Кудря, Т.П. Ефимова, Ю.П. Салова ; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. — Омск : СибГУФК, 2021. — 100 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
6. Мезенцев, В.В. Лекции по физиологии физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / В.В. Мезенцев, В.А. Нестеров ; Министерство спорта Российской Федерации ; Дальневосточная государственная академия физической культуры, Хабаровск. — Хабаровск : ДВГАФК, 2019. — 128 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

7. Михайлова, Е.А. Физиология спорта : учебное пособие / Е.А. Михайлова; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. - Великие Луки : [б. и.], 2015. -117 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
8. Смирнов, Г.И. Методы оценки функционального состояния на занятиях лечебной физической культурой : учебное пособие / Г.И. Смирнов, Д.И. Шадрин ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. — СПб. : [б. и.], 2018. — 62 с. : ил. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
9. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. — 10-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2022. — 624 с. — ISBN 978-5-907225-83-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/209567> .— Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Черепкина, Л.П. Физиология спорта (на примере хоккея) : учебное пособие / Л.П. Черепкина, В.Г. Тристан ; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск. — Омск : СибГУФК, 2020. — 156 с. : ил., табл. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
11. Физиологические основы подготовки спортсменов : учебное пособие / А.М. Пухов, Е.А. Михайлова, С.А. Моисеев, Р.М. Городничев ; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. — [Великие Луки] : [б. и.], 2020. — 169 с. : ил. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

N п/п	Вид помещения	Наименование оборудования
1.	Учебная аудитория для проведения занятий <b>лекционного</b> типа: лекционный зал	мультимедийный презентационный комплекс с доступом в Интернет.
2.	Учебная аудитория для проведения <b>практических</b> занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Экран с мультимедийным комплексом с доступом в Интернет

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

**Кафедра педагогики**

Рабочая программа дисциплины

**ТЕОРИИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>	
Разработка основных и дополнительных образовательных программ	ОПК-2 Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)
Построение воспитывающей образовательной среды	ОПК-4. Способен осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
ОПК-2	<p>ОПК-2.1 <b>Знает:</b> - источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы); - технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода.</p> <p>ОПК-2.2 <b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять интересы детей, их родителей и законных представителей в осваиваемой области основного и дополнительного образования;</li> <li>- совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей</li> </ul>	<p><b>Знает:</b> - источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы); - технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода.</p> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять интересы детей, их родителей и законных представителей в осваиваемой области основного и дополнительного образования;</li> <li>- совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей</li> </ul>



	<p>ОПК-2.3 <b>Имеет опыт:</b> -реализации образовательной программы из числа известных в данной конкретной ситуации и структурирования алгоритма деятельности по их реализации, в том числе программ развития универсальных учебных действий, программ воспитания и социализации обучающихся, коррекционных программ.</p> <p>ОПК- 4.1. <b>Знает:</b> - сущность духовно-нравственных ценностей личности и моделей нравственного поведения.</p> <p>ОПК- 4.2. <b>Умеет:</b> - анализировать психолого-педагогические условия сопровождения программ духовно-нравственного воспитания на основе базовых национальных ценностей.</p> <p>ОПК- 4.3. <b>Имеет опыт:</b> - выбора способов сопровождения программы духовно-нравственное воспитания обучающихся в различных видах учебной и внеучебной деятельности (в т.ч. в заданных условиях).</p>	<p><b>Имеет опыт:</b> - реализации образовательной программы из числа известных в данной конкретной ситуации и структурирования алгоритма деятельности по их реализации, в том числе программ развития универсальных учебных действий, программ воспитания и социализации обучающихся, коррекционных программ.</p> <p><b>Знает:</b> - сущность духовно-нравственных ценностей личности и моделей нравственного поведения.</p> <p><b>Умеет:</b> - анализировать психолого-педагогические условия сопровождения программ духовно-нравственного воспитания на основе базовых национальных ценностей.</p> <p><b>Имеет опыт:</b> - выбора способов сопровождения программы духовно-нравственное воспитания обучающихся в различных видах учебной и внеучебной деятельности (в т.ч. в заданных условиях).</p>
--	--	---

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	<b>66</b>			<b>66</b>					
В том числе:									
Занятия лекционного типа	22			22					
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	26			26					
Промежуточная аттестация (экзамен)	6			6					
<b>Самостоятельная работа студента</b>	<b>54</b>			<b>54</b>					
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>108</b>		<b>108</b>					
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>		<b>3</b>					

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Сущность образования как общечеловеческой ценности и как педагогического процесса.	Образование как общечеловеческая ценность. Ценностные ориентиры и цели образования. Образование как педагогический процесс. Понятие образовательного (педагогического процесса), его компоненты. Основные свойства педагогического процесса. Сущность педагогического взаимодействия. Компоненты педагогического процесса. Закономерности педагогического процесса.	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сущность образования как общечеловеческой ценности и как педагогического процесса</li> <li>- источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы</li> <li>- технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливать взаимосвязь между компонентами образовательного процесса</li> <li>- совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей</li> </ul>
2	Методы педагогического исследования	Понятие о методологии и методах педагогического исследования. Методологические подходы. Система методов педагогического исследования: методы теоретического исследования, эмпирические методы исследования, математические и статистические методы	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сущность и требования к применению методов педагогического исследования, этапы и логику научного исследования</li> <li>- технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов</li> </ul>

		<p>исследования. Характеристика теоретических и эмпирических методов педагогического исследования. Требования к выбору методов педагогического исследования. Использование методов исследования с целью поиска путей повышения эффективности образовательного процесса. Логика и этапы научно-педагогического исследования.</p>	<p>освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода.</p> <p>- источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы)</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>- Применять диагностический инструментарий для оценки сформированности образовательных результатов обучающихся</p> <p>- выявлять интересы детей, их родителей и законных представителей в осваиваемой области основного и дополнительного образования</p>
3	Развитие личности	<p>Биологическое и социальное в развитии человека и формировании его личности. Движущие силы развития личности. Факторы формирования личности. Их характеристика и роль в развитии личности. Взаимосвязь обучения, воспитания и развития личности. Возрастная периодизация, ее значение. Роль деятельности в формировании личности и ее виды на разных возрастных этапах. Особенности личностного развития занимающихся. Индивидуальные особенности личности и их учет в образовательном процессе.</p>	<p><b>Знает:</b></p> <p>- источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы</p> <p>- технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода.</p> <p><b>Умеет:</b></p> <p>- выявлять интересы детей, их родителей и законных представителей в осваиваемой области основного и дополнительного образования;</p>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей</li> </ul>
4.	Обучение в образовательном процессе	<p>Понятие о дидактике. Дидактика и частные методики. Основные категории дидактики. Задачи дидактики. Функции процесса обучения: образовательная, воспитательная, развивающая. Деятельность учителя и учащихся в процессе обучения. Этапы процесса обучения.</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы);</li> <li>- технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей</li> </ul>
5.	Принципы обучения	<p>Понятие принципов и правил обучения. Значение принципов обучения в учебном процессе. Характеристика принципов обучения и правила их реализации. Совершенствование системы принципов обучения</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы);</li> <li>- технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов</li> </ul>

			<p>освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода.</p> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей</li> </ul>
6.	Содержание образования	<p>Система образования в РФ. Типы образовательных учреждений. Понятие содержания образования, исторический характер его развития. ФГОС общего образования и его компоненты. Характеристика нормативных документов, регламентирующих содержание общего образования</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы);</li> <li>- технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей</li> </ul>
7.	Методы, приемы и средства обучения	<p>Понятие методов и приемов обучения, их назначение и функции. Подходы к классификации методов обучения. Характеристика методов обучения по</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую</li> </ul>

		<p>источнику знаний: словесные, наглядные, практические. Характеристика методов обучения по характеру познавательной деятельности учащихся: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемный. Понятие средств обучения, их назначение. Требования к выбору средств обучения. Контроль в процессе обучения. Виды, формы и методы контроля обучения. Требования к выбору оптимального сочетания методов обучения. Особенности выбора методов обучения на разных возрастных этапах.</p>	<p>литературу, электронные образовательные ресурсы);  - технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода.  <b>Умеет:</b>  - совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей  <b>Владеет опытом:</b> - реализации образовательной программы из числа известных в данной конкретной ситуации и структурирования алгоритма деятельности по их реализации, в том числе программ развития универсальных учебных действий, программ воспитания и социализации обучающихся, коррекционных программ.</p>
8.	Организационные формы обучения	<p>Понятие форм организации обучения и их историческое развитие. Виды современных организационных форм обучения. Урок – основная форма организации обучения. Типы и структура уроков. Современные дидактические требования к уроку и пути его совершенствования. Дополнительные и вспомогательные формы организации обучения. Взаимосвязь,</p>	<p><b>Знает:</b>  - источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы);  - технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ</p>

		взаимодополняемость всех форм обучения.	на основе деятельностного подхода. <b>Умеет:</b> - совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей
9	Образовательные технологии	Понятие образовательных технологий. Классификация современных образовательных технологий. Показатели технологичности образовательного процесса. Характеристика ряда образовательных технологий (технологии личностно-ориентированного обучения, технологии проблемного обучения, технологии коллективного творческого дела)	<b>Знает:</b> - источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы); - технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода. <b>Умеет:</b> - совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей <b>Владеет опытом:</b> - реализации образовательной программы из числа известных в данной конкретной ситуации и структурирования алгоритма деятельности по их реализации, в том числе программ развития



			универсальных учебных действий, программ воспитания и социализации обучающихся, коррекционных программ.
10	Воспитание в образовательном процессе	<p>Сущность процесса воспитания и его особенности. Закономерности воспитательного процесса. Основные подходы к определению содержания воспитания (традиционный и личностно-ориентированный) и основные направления содержания воспитания. Система принципов воспитания. Роль семьи в формировании личности ребенка.</p> <p>.</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы);</li> <li>- технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода.</li> </ul> <p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей</li> </ul>
11	Средства и методы воспитания	<p>Понятие о средствах, методах воспитания. Средства воспитания как виды деятельности формирующейся личности. Классификация методов воспитания. Характеристика методов формирования нравственного сознания личности, организации деятельности и формирования опыта общественного поведения личности, стимулирования и коррекции деятельности и поведения. Условия оптимального выбора и</p>	<p><b>Знает:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- источники, необходимые для планирования основных и дополнительных образовательных программ (включая методическую литературу, электронные образовательные ресурсы);</li> <li>- технологию оценки личностной и метапредметной составляющей результатов освоения основных и дополнительных образовательных программ на основе деятельностного подхода.</li> </ul>

		эффективного применения методов воспитания.	<p><b>Умеет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- совместно с педагогом составлять проект основных и дополнительных образовательных программ, в том числе и индивидуальных образовательных маршрутов освоения образовательных программ с учетом образовательных запросов детей и их родителей</li> </ul> <p><b>Владеет опытом:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- реализации образовательной программы из числа известных в данной конкретной ситуации и структурирования алгоритма деятельности по их реализации, в том числе программ развития универсальных учебных действий, программ воспитания и социализации обучающихся, коррекционных программ.</li> </ul>
--	--	---	---

#### 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ

##### ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1-2	<p><b>Лекция № 1-2. Сущность образования как общечеловеческой ценности и педагогического процесса.</b></p> <p>Образование как общечеловеческая ценность. Ценностные ориентиры и цели образования. Свойства современного образования. Образование как педагогический процесс. Понятие педагогического процесса, его компоненты. Основные характеристики (свойства) педагогического процесса. Сущность педагогического взаимодействия. Компоненты педагогического процесса, их характеристика. Закономерности педагогического процесса. Методы педагогического исследования.</p>	4
3	<p><b>Лекция № 3. Развитие личности.</b></p> <p>Биологическое и социальное в развитии человека и формировании его личности. Движущие силы развития личности. Факторы формирования личности. Их характеристика и роль в развитии личности. Взаимосвязь обучения, воспитания и развития личности. Возрастная периодизация, ее значение. Роль деятельности в формировании личности и ее виды на разных возрастных этапах. Особенности личностного развития занимающихся. Индивидуальные особенности личности и их учет в образовательном процессе.</p>	2

4	<b>Лекция № 4. Обучение в образовательном процессе</b> Понятие о дидактике. Дидактика и частные методики. Задачи дидактики. Функции процесса обучения. Характеристика деятельности учителя и учащихся в процессе обучения. Этапы процесса обучения.	2
5	<b>Лекция №5. Принципы обучения</b> Понятие принципов и правил обучения. Значение принципов обучения в учебном процессе. Характеристика принципов обучения и правила их реализации. Совершенствование системы принципов обучения.	2
6	<b>Лекция №6. Содержание образования</b> Система образования в РФ. Типы образовательных учреждений. Понятие содержания образования, исторический характер его развития. ФГОС общего образования и его компоненты. Характеристика нормативных документов, регламентирующих содержание общего образования.	2
7-8	<b>Лекция №7-8. Методы, средства и формы организации обучения</b> Понятие методов и приемов обучения, их назначение и функции. Понятие средств обучения, их назначение. Подходы к классификации методов обучения. Характеристика методов обучения по источнику знаний. Характеристика методов обучения по характеру познавательной деятельности учащихся: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемного изложения материала, частично-поисковый, исследовательский. Требования к выбору методов обучения. Активные методы обучения. Требования к выбору методов обучения. Контроль в процессе обучения. Виды, формы и методы контроля обучения. Понятие форм организации обучения, и их историческое развитие. Виды современных организационных форм обучения. Урок – основная форма организации обучения. Типы и структура уроков.	4
9	<b>Лекция №9. Образовательные технологии</b> Понятие образовательных технологий. Классификация современных образовательных технологий. Показатели технологичности образовательного процесса. Характеристика ряда образовательных технологий (технологии личностно-ориентированного обучения, технологии проблемного обучения, технологии коллективного творческого дела)	2
10	<b>Лекция №10. Воспитание в образовательном процессе</b> Сущность процесса воспитания. Основные подходы к определению содержания воспитания (традиционный и личностно-ориентированный) и основные направления содержания воспитания. Система принципов воспитания. Роль семьи в формировании личности ребенка	2
11	<b>Лекция №11. Средства и методы воспитания</b> Понятие о средствах, методах воспитания. Средства воспитания как виды деятельности формирующейся личности. Классификация методов воспитания. Характеристика методов формирования нравственного сознания личности, организации деятельности и формирования опыта общественного поведения личности, стимулирования и коррекции деятельности и поведения. Условия оптимального выбора и эффективного применения методов воспитания.	2

**ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА**

№ темы	Содержание занятий семинарского типа	Кол-во часов
1	<p><b>Занятия семинарского типа 1. Сущность образования как общечеловеческой ценности и педагогического процесса.</b></p> <p><b>Задачи занятия:</b> 1. Сформировать понятие об образовании как общечеловеческой ценности и педагогическом процессе. 2. Сформировать понятия о сущности, закономерностях, компонентах педагогического процесса.</p> <p><b>I. Вопросы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Раскройте сущность педагогического процесса и опишите основные его компоненты.</li> <li>2. Дайте характеристику педагогическим противоречиям.</li> <li>3. Назовите и дайте характеристику закономерностей педагогического процесса.</li> <li>4. Раскройте сущность педагогического взаимодействия.</li> </ol> <p><b>II. Задания для самостоятельной работы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- На основе сравнительного анализа текстов учебников по педагогике, указанных в списке литературы, и своего представления о проблемах образования в XX и XXI вв. приведите аргументы, выскажите ключевые идеи в защиту сохранения термина «воспитание в широком его значении» как термина, включающего в себя понятие «образование», и наоборот: термин «образование» должен включать в себя понятие «воспитание в широком его значении» и быть базовым</li> <li>- проведите сравнительный анализ основных понятий обучение и воспитание в узком его значении, указав их взаимосвязь и специфические особенности;</li> <li>- проанализируйте следующую ситуацию (см. учебно-методическое пособие стр.36), попытайтесь осмыслить некоторые особенности своей личности, способствующие педагогическому взаимодействию или затрудняющие его, о которых Вы сможете судить, ответив на предложенные вопросы: в условиях общения с партнером, который менее, чем я, компетентен в обсуждаемом вопросе, который не сразу меня понимает и не всегда со мной согласен, я проявляю (всегда, часто, скорее часто, скорее редко, никогда): доброжелательность, выдержку, честность, бескорыстие, готовность сотрудничать, готовность выслушать мнение партнера, готовность искать другие способы изложения своих мыслей, готовность искать другие способы организации разговора; выбрав одно из личностных качеств, найдите обоснование его значимости для педагога; ваш оппонент должен найти обоснование его незначительности для педагога; слушатели решают, кто убедительнее выступал и имеет больше возможностей добиться взаимодействия с ними</li> </ul>	2
2.	<p><b>Занятия семинарского типа 2. Тема: Методы педагогического исследования</b></p> <p><b>Задачи занятия:</b> 2. Рассмотреть классификацию методов педагогического исследования и их охарактеризовать. 3. Раскрыть логику и этапы педагогического исследования.</p> <p><b>I. Вопросы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Какие методы исследования относят к теоретическим, а какие к эмпирическим? Укажите назначение каждой группы методов исследования.</li> <li>2. Охарактеризуйте и проиллюстрируйте на примерах методы</li> </ol>	2

	<p>педагогического исследования.</p> <p>3. Какова логика организации педагогического исследования? Дайте характеристику его этапов.</p> <p>4. Нужно ли бакалавру по вашему направлению подготовки самостоятельно проводить научно-педагогические исследования или это дело ученых?</p> <p><b>Задания для самостоятельной работы:</b> дайте характеристику методов педагогического исследования (педагогическое наблюдение, беседа, анкетирование, педагогический эксперимент, тестирование): сущность метода, требования к применению, виды (при наличии), приведите примеры; заполните таблицу (см. учебное пособие, стр. 17); оцените степень сформированности у себя некоторых профессионально-значимых качеств личности (см. учебное пособие, стр. 17), проанализируйте результаты самооценки и сделайте соответствующие выводы; предложите коллегам оценить по данным критериям степень сформированности у вас качеств, проанализируйте результаты рейтинга и сделайте соответствующие выводы, сравните результаты ауторейтинга и рейтинга степени сформированности профессионально-значимых качеств личности, сделайте соответствующие выводы; разработайте вопросы для беседы с целью изучения причин интереса к одной из дисциплин, читаемых в Университете, проведите устный опрос группы студентов, охарактеризуйте выявленные в ходе беседы причины интереса; на основе аналитического подхода к характеристике одного из учебно-тренировочных занятий выделите 1-2 достоинства и 1-2 недостатка в содержании занятия или в проявлении педагогом одного из профессионально-значимых качеств личности;; сформулируйте одну из педагогических проблем, требующих изучения и проведения исследования (предварительно ознакомившись с публикациями журналов «Теория и практика физической культуры», «Физическая культура в школе», «Педагогика» и др.). Определите тему, объект, предмет исследования, цель, задачи, методы пед. исследования.</p>	
3.	<p><b>Занятия семинарского типа 3. Тема: Развитие личности</b></p> <p><b>Задачи занятия:</b> 1. Сформировать понятия о биологической, социальной сущности личности. 2. Раскрыть движущие силы и основные закономерности развития личности. 3. Рассмотреть основные факторы, влияющие на развитие и формирование личности; взаимосвязь процессов развития и воспитания. Роль семьи в формировании личности</p> <p><b>I. Вопросы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. В чем сущность развития человека и формирования его личности?</li> <li>2. Каковы движущие силы развития личности?</li> <li>3. Назовите основные общие закономерности развития.</li> <li>4. Покажите роль каждого фактора в развитии личности. Проиллюстрируйте это примерами.</li> <li>5. Как влияет деятельность на развитие личности?</li> <li>6. Что значит учитывать возрастные особенности развития личности в педагогическом процессе? Проиллюстрируйте свой ответ примерами из собственной практики.</li> <li>7. Что значит учитывать индивидуальные особенности личности в педагогическом процессе? Проиллюстрируйте свой ответ примерами из собственной практики.</li> </ol> <p><b>II. Задания для самостоятельной работы:</b> покажите общее и различие в понятиях развитие личности и формирование личности; покажите на</p>	2

	<p>примере собственного опыта занятий спортивной деятельностью взаимовлияние процессов обучения и развития; воспитания и развития; познакомьтесь с содержанием основных концепций о природе, источниках и факторах развития человека: попытайтесь, выступив в двух амплуа (сторонника и оппонента) доказать справедливость и необоснованность данных концепций, определите свою позицию по данному вопросу, используя содержание таблицы и информацию, полученную на учебных занятиях; ознакомьтесь с информацией, взятой из различных источников (см. учебно-методическое пособие стр.27-28), на примере представленной информации покажите несостоятельность или справедливость той или иной концепции; выявите способности личности к саморазвитию, а также факторы, стимулирующие и препятствующие обучению, развитию и саморазвитию личности, используя предложенные методики, определите для себя систему мер, способствующих преодолению, устранению препятствующих саморазвитию факторов; напишите мини-сочинение «Я как индивид, личность, индивидуальность», закончите предложения (см. учебно-методическое пособие стр.28), заполните таблицу «Особенности развития черт личности детей школьного возраста» (см. учебно-методическое пособие стр.28); проанализируйте педагогическую ситуацию (см. учебно-методическое пособие стр.29); приведите из собственного опыта спортивной, учебной или профессиональной деятельности примеры учета преподавателем физической культуры индивидуальных особенностей воспитанников. Подготовьте доклад по предложенной преподавателем теме.</p>	
4.	<p><b>Занятия семинарского типа 4. Тема: Обучение в образовательном процессе.</b></p> <p><b>Задачи занятия:</b> 1. Сформировать понятия о сущности процесса обучения, его функциях. 2. Сформировать понятие об этапах процесса обучения.</p> <p><b>I. Вопросы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Что общего и различного в общей и частной дидактике?</li> <li>2. Охарактеризуйте функции процесса обучения.</li> <li>3. Каковы задачи каждого этапа процесса обучения? Обоснуйте последовательность поэтапного решения образовательной задачи на учебном занятии по базовому виду спорта.</li> <li>4. Раскройте закономерные связи между структурными элементами процесса преподавания и учения. Что способствует установлению связей и что затрудняет их проявление?</li> </ol> <p><b>II. Задания для самостоятельной работы:</b></p> <p>Руководствуясь схемой характеристики этапов процесса обучения, охарактеризуйте задачу одного из учебно-тренировочных занятий по базовому виду спорта, пути ее решения в процессе преподавания и учения на всех этапах (звеньях) учебного занятия. Укажите, в какой мере задача учебного занятия решена, каковы причины ее успешного или неудачного решения на всех этапах процесса обучения.</p>	2
5	<p><b>Занятия семинарского типа 5. Тема: Принципы обучения.</b></p> <p><b>Задачи занятия:</b> 1. Сформировать понятия о сущности и значении дидактических принципов в учебно-воспитательном процессе. 2. Рассмотреть пути реализации каждого принципа обучения.</p> <p><b>I. Вопросы:</b></p>	2

	<p>1. Что понимается под принципами обучения и правилами их реализации, в чем их важность для учебного процесса? Назовите систему принципов обучения.</p> <p>2. Раскройте сущность принципа единства образовательных, развивающих и воспитательных функций обучения. Почему на занятиях физической культурой и спортом важно осуществлять воспитание, и какие задачи при этом решаются?</p> <p>3. Раскройте сущность каждого из принципов обучения и перечислите правила, выполнение которых обеспечивают его реализацию.</p> <p>4. Раскройте связи и зависимости, существующие между принципами единства образовательных, развивающих и воспитательных функций обучения и сознательности и активности, сознательности и активности и наглядности, между другими принципами по выбору.</p> <p><b>II. Задания для самостоятельной работы:</b> допишите правильные ответы на следующие вопросы: принцип ... (назвать принцип обучения по выбору) требует ..., с целью реализации этого принципа необходимо установить связи между принципами ..., а в процессе обучения соблюдать следующие правила ...; Как повысить сознательность и активность учеников при выполнении учебного задания?; разработайте возможные пути реализации одного из принципов обучения на учебно-тренировочном занятии по базовому виду спорта.</p>	
6.	<p><b>Занятия семинарского типа 6. Содержание образования</b></p> <p><b>Задачи занятия:</b> 1. Сформировать понятие о сущности, компонентах содержания образования, федеральном государственном образовательном стандарте. 2. Рассмотреть нормативные документы, определяющие содержание образования. 3. Рассмотреть систему образования в РФ. 4. Раскрыть типы образовательных учреждений.</p> <p><b>I. Вопросы:</b></p> <p>1. Какова сущность содержания образования, и какие существуют подходы к его определению?</p> <p>2. Из каких основных компонентов складывается содержание образования?</p> <p>3. Что включает в себя система образования?</p> <p>4. Назовите типы учреждений системы образования в РФ.</p> <p>5. Что понимают под федеральным государственным образовательным стандартом и каково его значение?</p> <p>6. Назовите нормативные документы, регламентирующие содержание образования.</p> <p>7. Охарактеризуйте известные Вам типы учебных планов.</p> <p>8. Назовите виды учебных программ и способы их построения.</p> <p><b>II. Задания для самостоятельной работы:</b> ознакомьтесь с базисным учебным планом образовательных учреждений РФ, какие особенности вы можете отметить, какие тенденции в развитии содержания образования он отражает; разработайте план одного факультативного занятия с целью повышения интереса к предмету «физическая культура»; дайте перечень тем, которые будут раскрыты теоретически и проиллюстрированы практически, т.е. выполнением физических упражнений; определите перспективы развития содержания общего образования, используя литературные источники.</p>	2
7.	<p><b>Занятия семинарского типа 7-8. Методы и средства обучения</b></p> <p><b>Задачи занятия:</b> 1. Сформировать понятие о сущности и возможностях методов обучения в решении задач образования.</p>	4

	<p><b>I. Вопросы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Раскройте сущность понятий «классификация методов обучения», «методы обучения», «методический прием обучения», «средства обучения».</li> <li>2. Дайте характеристику словесных, наглядных, практических методов обучения.</li> <li>3. При решении каких дидактических задач особенно успешно можно использовать словесные методы, наглядные, практические?</li> <li>4. Как влияет возраст на выбор методов обучения?</li> <li>5. Приведите пример ситуации учебного процесса на учебном или учебно-тренировочном занятии по базовым видам ФК с оптимальным выбором методов и приемов обучения. Обоснуйте пример.</li> <li>6. Дайте характеристику методов обучения по характеру познавательной деятельности учащихся в процессе обучения.</li> <li>7. Приведите пример того, как можно использовать объяснительно-иллюстративный, репродуктивный или частично-поисковый методы обучения в процессе изучения элементов техники в одном из базовых видов спорта.</li> <li>8. Раскройте понятие «педагогические технологии», их отличие от понятия «методика обучения» и их сходство.</li> </ol> <p><b>II. Задания для самостоятельной работы:</b> дайте характеристику словесных, наглядных, практических методов обучения по следующей схеме: сущность метода обучения, условия успешного его применения; предложите возможные пути решения поставленных задач (см. пособие стр. 66-67)</p>	
8.	<p><b>Занятия семинарского типа 9. Организационные формы обучения</b></p> <p><b>Задачи занятия:</b> 1. Раскрыть значение форм организации учебной работы в системе педагогического процесса. 2. Рассмотреть особенности основной формы организации учебной работы – урока и его взаимосвязи с другими формами организации обучения.</p> <p><b>I. Вопросы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Раскройте понятие «форма обучения», ее особенности и значение.</li> <li>2. Охарактеризуйте функции организационных форм обучения.</li> <li>3. Определите признаки классно-урочной системы, особенности ее развития и дидактические требования к уроку.</li> <li>4. Охарактеризуйте другие формы организации обучения и их значение.</li> <li>5. Какие типы уроков физической культуры чаще всего встречаются в общеобразовательной школе? Влияет ли возраст учеников на выбор учителем типа урока?</li> </ol> <p><b>II. Задания для самостоятельной работы:</b> в чем заключается различие между понятиями «форма организации обучения», «методы обучения», «средства обучения», проанализируйте полученные сведения по теме и определите достоинства и недостатки разнообразных форм организации обучения; приведите примеры использования разнообразных форм организации учебного процесса в опыте работы учителей по физической культуре, тренеров.</p>	2
9.	<p><b>Занятия семинарского типа № 10. Образовательные технологии</b></p> <p><b>Задачи занятия:</b> 1. Сформировать понятия о сущности и возможностях технологий обучения в решении задач образования, развития и воспитания учащихся. 2. Обсуждение выполненной студентами с/р «Анализ учебного или учебно-тренировочного занятия».</p> <p><b>Вопросы:</b></p>	2



	<p>1. Раскройте понятие «педагогические технологии», их отличия от понятия «методика обучения» и их сходство.</p> <p>2. Охарактеризуйте понятие технологичности обучения и приведите пример проявления технологичности в процессе учебно-тренировочной работы по одному из базовых видов спорта.</p> <p><b>Задания для самостоятельной работы:</b> предложите возможные пути решения поставленных задач (см. пособие стр. 67).</p> <p><b>Обсуждение</b> выполненной студентами с/р «Анализ учебного, учебно-тренировочного занятия».</p>	
10.	<p><b>Занятия семинарского типа 11. Воспитание в образовательном процессе.</b></p> <p><b>Задачи занятия:</b> 1. Рассмотреть сущность воспитательного процесса и его особенности. 2. Рассмотреть основные подходы к определению содержания воспитания (традиционный и личностно-ориентированный) и основные направления содержания воспитания. 3. Раскрыть требования принципов воспитания.</p> <p><b>I. Вопросы</b></p> <p>1. Раскройте сущность процесса воспитания и охарактеризуйте особенности, отличающие его от процесса обучения.</p> <p>2. Какие факторы оказывают влияние на воспитательный процесс? В чем проявляются трудности и противоречия процесса воспитания?</p> <p>3. Какова сущность содержания воспитания, и какие существуют подходы к его определению?</p> <p><b>II. Задания для самостоятельной работы:</b> 1. Определите ориентиры и основные направления воспитания, используя нормативный документ «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (законспектировать материал). 2. Определите конкретные качества личности и обязанности человека по выделенным направлениям (гражданин, семьянин, работник). 3. Раскройте и объясните содержание понятий и словосочетаний: гражданское и патриотическое воспитание, духовно-нравственное развитие, физическое развитие, экологическое воспитание, приобщение к здоровому образу жизни, приобщение к культурным ценностям. 4. Приведите примеры реализации принципов воспитания в опыте работы знакомых Вам учителей, тренеров или на учебном занятии в университете по базовым видам спорта (например, гимнастики).</p>	2
11.	<p><b>Занятия семинарского типа 12-13. Средства и методы воспитания.</b></p> <p><b>Задачи занятия:</b> 1. Сформировать представление о средствах и методах воспитания.</p> <p>2. Раскрыть классификацию методов воспитания и условия их выбора.</p> <p><b>I. Вопросы</b></p> <p>1. Раскройте сущность методов формирования нравственного сознания и их значение в формировании личности.</p> <p>2. Раскройте сущность методов организации жизни и деятельности воспитанников и формирования с их помощью нравственного поведения.</p> <p>3. Охарактеризуйте методы коррекции.</p> <p>4. Может ли какой-то отдельно взятый метод применяться изолированно, или он должен подкрепляться другими методами и приемами воспитания, взаимодействовать с ними? Покажите, от чего зависит выбор методов воспитания.</p>	4

	<p>5. Охарактеризуйте понятие «средства воспитания». Приведите примеры взаимодействия методов и средств воспитания.</p> <p><b>II. Задания для самостоятельной работы:</b> в чем заключается различие между понятиями «методы воспитания» и «методы обучения», объясните содержание терминов, характеризующих сознание и поведение: «взгляды», «убеждения», «умение», «навык», «привычка»; ознакомьтесь с предложенными педагогическими ситуациями, выберите методы воспитания для этой ситуации.</p>	
--	--	--

*Неотъемлемой частью рабочей программы являются приложения. К рабочей программе прилагаются:*

*Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.*

*Приложение 2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.*

## **5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

### **ОСНОВНАЯ:**

1. Айсмонтас, Б. Б. Теория обучения : учебное пособие для вузов / Б. Б. Айсмонтас. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14670-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520240>
2. Данилова, А.В. Основы педагогических знаний : учебное пособие / А.В. Данилова; Министерство спорта Российской Федерации ; Чайковский государственный институт физической культуры, Кафедра социально-гуманитарных, педагогических и естественных наук. - Чайковский : ЧГИФК, 2018. – 108 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
3. Загвязинский, В. И. Теория обучения и воспитания : учебник и практикум для вузов / В. И. Загвязинский, И. Н. Емельянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 230 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9831-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510722>
4. Канке, В. А. Теория обучения и воспитания : учебник и практикум / В. А. Канке. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 297 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01217-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511520>
5. Щуркова, Н. Е. Педагогика. Воспитательная деятельность педагога : учебное пособие для вузов / Н. Е. Щуркова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 319 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06546-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514334>

### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:**

1. Гребенюк, О. С. Теория обучения : учебник и практикум для вузов / О. С. Гребенюк, Т. Б. Гребенюк. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 318 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06466-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515026>
2. Педагогика : учебник / Л.П. Крившенко, М.Е. Вайндорф-Сысоева, Л.В. Юркина [и др.] ; под редакцией Л. П. Крившенко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Проспект, 2020. — 487 с.
3. Педагогика : учебник и практикум / Л.С. Подымова, Е.А. Дубицкая, Н.Ю. Борисова, Л.И. Духова ; Московский педагогический государственный университет ; под общ. ред. Л. С. Подымовой, В. А. Слостёнина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2020. — 245, [1] с. : ил.
4. Педагогика в 2 т. Том 1. Общие основы педагогики. Теория обучения : учебник и практикум для вузов / М. И. Рожков, Л. В. Байбородова, О. С. Гребенюк, Т. Б. Гребенюк ; под редакцией М. И. Рожкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 402 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06487-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515005>
5. Педагогика в 2 т. Том 2. Теория и методика воспитания : учебник и практикум для вузов / М. И. Рожков, Л. В. Байбородова, О. С. Гребенюк, Т. Б. Гребенюк ; под редакцией М. И. Рожкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 252 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06489-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515021>

6. Ретюнских, М. Е. Теоретико-методические основы физкультурного образования : учебное пособие / М. Е. Ретюнских, Т. С. Гришина, Н. П. Грачев. — Воронеж : ВГАС, 2022. — 193 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/253754> — Режим доступа: для авториз. пользователей.
7. Ситаров, В. А. Теория обучения. Теория и практика : учебник для бакалавров / В. А. Ситаров. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 447 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-3059-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488263>
8. Теория обучения и воспитания, педагогические технологии : учебник и практикум / Л.В. Байбородова, И.Г. Харисова, М.И. Рожков, А.П. Чернявская ; отв. ред. Л. В. Байбородова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2020. — 222, [1] с.
9. Цыренова, В. Б. Педагогика. Теория обучения : учебное пособие / В. Б. Цыренова, Е. Е. Сартакова, Н. Б. Лумбунова. — Улан-Удэ : БГУ, 2022. — 94 с. — ISBN 978-5-9793-1710-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/252860> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Черемошкина, Л. В. Теория и методика воспитания : развитие внимания и памяти ребенка : учебное пособие для вузов / Л. В. Черемошкина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 277 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10528-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517043>

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://elibrary.rsl.ru/link> (link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/link> (link is external)
- Министерство спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/link> (link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

Название	Краткое описание	Режимы доступа	Ссылка на ресурс
Курс: Педагогика (lesgaft.spb.ru)	Страница дисциплины «Педагогика» на платформе ДО Университета им.П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург	Доступ по паролю	<a href="http://do.lesgaft.spb.ru/course/view.php?id=107">http://do.lesgaft.spb.ru/course/view.php?id=107)</a>
Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта	Специализированная база данных по физической культуре, спорту, спортивному образованию, спортивной психологии в их различных аспектах и многое другое Учебная литература	Доступ с ПК библиотек и	<a href="http://megaprolib.net/MP0101/Web">http://megaprolib.net/MP0101/Web</a>
<a href="http://www.elibrary.ru/">eLIBRARY.RU</a>	Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования.	Доступ свободный	<a href="http://www.elibrary.ru/">http://www.elibrary.ru/</a>
<a href="http://www.polpred.com/">Polpred.com</a> <a href="#">Обзор СМИ</a>	Обзор средств массовой информации. Ежедневно тысячи новостей, полный текст на русском языке. Миллионы сюжетов информагентств и деловой прессы за 15 лет.	<a href="#">Доступ</a> свободный	<a href="http://www.polpred.com/">http://www.polpred.com/</a>
<a href="http://www.scopus.com/">Scopus</a>	Scopus – крупнейшая единая база данных, содержащая	<a href="#">Доступ</a> с ПК библиотек и	<a href="http://www.scopus.com/">http://www.scopus.com/</a>

	<p>аннотации и информацию о цитируемости рецензируемой научной литературы. В базе содержится контент международных издателей в области естественных, общественных и гуманитарных наук, техники, медицины и искусства.</p>		
<p><a href="#">Taylor&amp;Francis</a></p>	<p>Политематическая коллекция журналов Taylor&amp;Francis Group включает в себя около двух тысяч журналов по различным областям знания.</p>	<p>Доступ с ПК библиотек и</p>	<p><a href="http://www.tandfonline.com">www.tandfonline.com</a></p>
<p>Physical Therapy &amp; Sports Medicine Collection</p>	<p>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.</p>	<p>Доступ с ПК библиотек и</p>	<p><a href="http://infotrac.galegroup.com">http://infotrac.galegroup.com</a></p>
<p><a href="#">Web of Science</a></p>	<p>Наукометрическая реферативная база данных журналов и конференций.</p>	<p>Доступ с ПК библиотек и</p>	<p><a href="http://apps.webofknowledge.com">apps.webofknowledge.com</a></p>

	Содержит контент исследовательской литературы мирового класса, связанной с тщательно отобранным списком журналов, и открыть для себя новую информацию при помощи скрупулезно записанных метаданных и ссылок.		
<a href="#">Архив журналов РАН</a>	База включает архив журналов РАН.	Доступ свободный	<a href="http://libnauka.ru">libnauka.ru</a>
<a href="#">Журналы издательства Cambridge University Press</a>	База содержит исследовательскую и академическую информацию.	Доступ свободный	<a href="http://www.lib.cam.ac.uk/">http://www.lib.cam.ac.uk/</a>
<a href="#">Журналы издательства Oxford University Press</a>	Ресурс англоязычный, содержит материалы по общественным и гуманитарным, естественным и техническим наукам, информатике, медицине, здравоохранению и др.	Доступ свободный	<a href="http://www.oxfordjournals.org/en/">http://www.oxfordjournals.org/en/</a>
<a href="#">Цифровой архив журнала Science</a>	Журнал Американской ассоциации содействия развитию науки.	Доступ свободный	<a href="http://archive.neicon.ru">archive.neicon.ru</a>
<a href="#">Журналы издательства SAGE Publications</a>	Издательство научных журналов Sage Publications содержит контент гуманитарных журналов по	Доступ свободный	<a href="http://archive.neicon.ru">archive.neicon.ru</a>

	социологии, криминалистике, этнологии и психологии.		
<a href="#">Университетская информационная система Россия</a>	Тематическая электронная библиотека и база для исследований и учебных курсов в области экономики, управления, социологии, лингвистики, философии, филологии, международных отношений и других гуманитарных наук.	Доступ свободный	<a href="http://uisrussia.msu.ru">uisrussia.msu.ru</a>
<a href="#">КонсультантПлюс</a>	База содержит контент для многих специалистов, руководителей организаций, а также для специалистов государственных органов, учёных и студентов. В ней содержится огромный массив правовой и справочной информации.	Доступ с ПК библиотек и	<a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a>
<a href="#">ЭБС «Лань»</a>	Электронно-библиотечная система Издательства Лань.	Доступ после регистрации	<a href="https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412">https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412</a>
<a href="#">ЭБС «Юрайт»</a>	Электронная библиотечная система «Юрайт» – это виртуальный читальный зал учебников и учебных	Доступ после регистрации	<a href="https://www.biblio-online.ru/">https://www.biblio-online.ru/</a>



	пособий от авторов из ведущих вузов России по экономическим, юридическим, гуманитарным, инженерно-техническим и естественно-научным направлениям и специальностям.		
ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»	Электронная библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» содержит контент учебников и учебных пособий, научной литературы и периодики по различным областям знаний.	Доступ после регистрации	<a href="http://www.biblioclub.ru/">http://www.biblioclub.ru/</a>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для преподавания дисциплины «Теории обучения и воспитания» имеется необходимое материально-техническое обеспечение (специально оборудованный кабинет, мультимедийные комплекты).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

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

**Кафедра физиологии**

Рабочая программа дисциплины

**ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *(зачет, экзамен)*

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Общепрофессиональные компетенции</b>	
Научные основы педагогической деятельности	<b>ОПК-8</b> Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

### 2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
<b>ОПК-8</b> Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	<p>ОПК-8.1- Знает методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; - методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований.</p> <p>ОПК-8.2- Умеет осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями</p> <p>ОПК-8.3 Имеет опыт анализа</p>	<p>Знает: - методологию, историю, теорию, закономерностей и принципов построения и функционирования образовательных систем, проектирования образовательной среды, роли и места образования в жизни личности и общества для обоснования сущности психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса; - методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разным категориям обучающихся на основе стандартизированных методов; - методы организации и интерпретации психолого-педагогических исследований</p> <p>Умеет: - осуществлять трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями.</p> <p>Имеет опыт: - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств</p>

	<p>возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.</p>	<p>обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся.: - анализа возможностей и ограничений педагогических технологий, методов и средств обучения с учетом возрастного и психофизиологического развития обучающихся..</p>
--	--	--

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

#### *очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	108			42	42				
В том числе:									
Занятия лекционного типа	32			16	16				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	52			26	26				
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	24			6	18				
Самостоятельная работа студента	108			60	48				
<i>Выполнение курсовой работы</i>	36				36				
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>216</b>			108	108			
	<b>зачетные единицы</b>	<b>6</b>			3	3			

## 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Введение. Значение физиологии для теории и практики физической культуры	Значение физиологии для теории и практики физической культуры и спорта; Предмет физиология, её связь с другими науками и значения для теории и практики физической культуры и спорта; Методы физиологических исследований; Основные этапы развития физиологии; Основные физиологические понятия.	Знания: Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч.с особыми образовательными потребностям Имеет опыт: - проведения оценки функционального состояния организма человека при решении профессиональных задач в том числе с использованием информационно-коммуникационные технологии (ИКТ).
2.	Основные функции ЦНС. Особенности проведения возбуждения через нервные центры. Торможение в ЦНС. Координация деятельности ЦНС. регуляция произвольных движений.	Основные функции и методы исследования ЦНС; Основные функции и типы нейронов; Особенности проведения возбуждения через нервные центры; Значение процессов торможения в нервной деятельности; Тормозные синапсы и тормозные нервные клетки; Пресинаптическое и постсинаптическое торможение; Процессы иррадиации и концентрации возбуждения. Доминанта; Регуляция произвольных движений. Современные методы исследования функционального состояния ЦНС, применение цифровых технологий при изучении НС человека	Знания: Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч.с особыми образовательными потребностям Умения: Демонстрирует методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разными категориями обучающихся на основе стандартизированных методов. Навыки: Владеет методами организации и интерпретации психолого-педагогических исследований ,проведения оценки функционального состояния человека; в том числе с применением информационно-коммуникационных технологий для оценки функционального

			состояния различных систем организма, анализировать результаты методов исследования функционального состояния организма и давать комплексную оценку состояния здоровья человека.
3.	Высшая нервная деятельность.	Условия образования и разновидности условных рефлексов; Внутреннее и внешнее торможение условных рефлексов; Динамический стереотип, его роль в обучении; Типы ВНД. Первая и вторая сигнальные системы. Высшие психические функции, методы психофизиологического тестирования. Современные аппаратно-программные комплексы для изучения психофизиологического статуса человека	Знания: Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностям Умения: Демонстрирует методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разными категориями обучающихся на основе стандартизированных методов. Навыки: Владеет методами организации и интерпретации психолого-педагогических исследований в том числе с применением информационно-коммуникационных технологий для оценки функционального состояния различных систем организма, анализировать результаты методов исследования функционального состояния организма и давать комплексную оценку состояния здоровья человека.
4	Физиология возбуждения тканей. Механизмы мышечного сокращения. Сила и работа мышц.	Мембранные потенциалы покоя; Потенциалы действия. Электромиограмма; проводные и без проводные методы регистрации. Проведение возбуждения по нервам и мышцам через нервно-мышечные синапсы; Функциональная организация скелетных мышц;	Знания: Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностям Умения:

		<p>Механизмы сокращения и расслабления мышечных волокон;  Одиночное и тетаническое сокращение;  Сокращение целой мышцы;  Морфофункциональные проявления мышечной силы;  Режимы работы мышц;  Энергетика мышечного сокращения;  КПД мышечного сокращения</p>	<p>Демонстрирует методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разными категориями обучающихся на основе стандартизированных методов.  Навыки:  Владеет методами организации и интерпретации психолого-педагогических исследований</p>
5	<p>Общие свойства сенсорных систем.  Зрительная сенсорная система.  Слуховая вестибулярная и двигательная сенсорные системы.  Значение сенсорных систем в спорте.</p>	<p>Общие свойства и значение сенсорных систем;  Физиологическая организация зрительной сенсорной системы;  Преломление света (рефракция и аккомодация);  Слуховая и вестибулярная сенсорные системы;  Функции наружного, среднего и внутреннего уха;  Барофункция уха. Бинауральный слух;  Функция вестибулярной сенсорной системы;  Функциональная устойчивость вестибулярной системы и методики её исследования;  Двигательная сенсорная система.  Значение сенсорных систем в спорте:  Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы;  Разновидности и функции проприорецепторов;  Взаимодействие сенсорных систем.  Кинестетическая чувствительность;  Значение сенсорных систем в спорте.</p>	<p>Знания:  Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч.с особыми образовательными потребностям  Умения:  Демонстрирует методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разными категориями обучающихся на основе стандартизированных методов.  Навыки:  Владеет методами организации и интерпретации психолого-педагогических исследований</p>
6.	<p>Кровь как внутренняя среда организма.  Эритроциты.  Лейкоциты.  Тромбоциты.  Плазма крови.</p>	<p>Кровь как внутренняя среда организма.  Эритроциты:  Кровь как внутренняя среда организма, её состав (гематокрит);  Объём и функции крови;  Эритроциты, их количество, функции, изменения при</p>	<p>Знания:  Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч.с особыми образовательными потребностям</p>



		<p>мышечной деятельности в условиях высокогорья;  Группы крови.  Лейкоциты. Тромбоциты. Плазма крови:  Лейкоциты, их количество, разновидность и функции;  Изменение лейкоцитов при мышечной деятельности;  Тромбоциты, их количество и роль в свёртывании крови;  Плазма крови, её состав;  Физико-химические свойства плазмы и их изменения при мышечной деятельности;  Регуляция системы крови;  Лимфа и лимфообразование.</p>	<p>Умения:  Демонстрирует методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разными категориями обучающихся на основе стандартизированных методов.  Навыки:  Владеет методами организации и интерпретации психолого-педагогических исследований</p>
7.	<p>Физиология сердца.  Физиологические закономерности и кровообращения. физиология кровотока. регуляция кровообращения.</p>	<p>Свойства сердечной мышцы;  Фазы сердечного цикла в покое и при работе;  Методы исследования деятельности сердца;  Электрокардиограмма, её основные показатели и их изменения при мышечной работе;  Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе;  Систолический, резервный и остаточный объём крови в желудочках;  Зависимость систолического объёма крови от размеров сердца, положения тела и объёма кровотока;  Минутный объём крови, изменение систолического объёма и минутного объёма крови при мышечной работе;  Общие закономерности гемодинамики, объёмная и линейная скорость кровотока;  Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них;  Микроциркуляция;  Артериальное давление, факторы, их определяющие.  Гипер- и гипотонические состояния;  Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердца;  Нервная и гуморальная</p>	<p>Знания:  Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч.с особыми образовательными потребностям  Умения:  Демонстрирует методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разными категориями обучающихся на основе стандартизированных методов.  Навыки:  Владеет методами организации и интерпретации психолого-педагогических исследований</p>

		<p>регуляция просвета сосудов; Перераспределение кровотока при мышечной работе; Особенности регуляции кровообращения в скелетных мышцах при статической и динамической работе. Рабочая гипертония. Мышечный насос.</p>	
8.	<p>Процессы дыхания в организме. регуляция дыхания.</p>	<p>Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели; Обмен газов в лёгких и тканях; Перенос газов кровью; Нервная и гуморальная регуляция дыхания; Изменение дыхания при мышечной работе; Потребление кислорода, кислородный запрос, кислородный долг, МПК</p>	<p>Знания: Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч.с особыми образовательными потребностями Умения: Демонстрирует методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разными категориями обучающихся на основе стандартизированных методов. Навыки: Владеет методами организации и интерпретации психолого-педагогических исследований</p>
9.	<p>Пищеварение, обмен веществ и энергии.</p>	<p>Пищеварение, обмен веществ и энергии: Общая характеристика процессов пищеварения, значение работ И. П. Павлова; Пищеварение в ротовой полости, желудке и кишечнике; Обмен белков, жиров и углеводов; Энергообмен при мышечной работе. Прямая и непрямая калориметрия; Органы выделения, функции почек; Мочеобразование, его механизмы; Функции потовых желез; Изменение мочеобразования и потовыделения при мышечной работе.</p>	<p>Знания: Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч.с особыми образовательными потребностями Умения: Демонстрирует методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разными категориями обучающихся на основе стандартизированных методов. Навыки: Владеет методами организации и интерпретации психолого-педагогических исследований</p>

10.	Физиология выделительных процессов.	<p>Общая характеристика выделительных процессов;</p> <p>Основные функции почек и методы их исследования;</p> <p>Особенности кровообращения в почках;</p> <p>Процесс мочеобразования: гломерулярная фильтрация и канальцевая реабсорбция;</p> <p>Регуляция мочеобразования;</p> <p>Состав мочи;</p> <p>Мочевыведение и мочеиспускание;</p> <p>Выделительная функция потовых желёз;</p> <p>Влияние мышечной деятельности на функции выделения.</p>	<p>Знания:</p> <p>Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч.с особыми образовательными потребностям</p> <p>Умения:</p> <p>Демонстрирует методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разными категориями обучающихся на основе стандартизированных методов.</p> <p>Навыки:</p> <p>Владеет методами организации и интерпретации психолого-педагогических исследований</p>
11	Физиологические основы терморегуляции.	<p>Химическая и физическая терморегуляция; Нервная и гуморальная терморегуляция;</p> <p>Граница терморегуляции у человека; Теплообмен при мышечной деятельности</p>	<p>Знания:</p> <p>Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч.с особыми образовательными потребностям</p> <p>Умения:</p> <p>Демонстрирует методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разными категориями обучающихся на основе стандартизированных методов.</p> <p>Навыки:</p> <p>Владеет методами организации и интерпретации психолого-педагогических исследований</p>
12.	Железы внутренней секреции	<p>Функции гормонов передней, средней и задней доли гипофиза;</p> <p>Роль гормонов гипофиза в регуляции других желез внутренней секреции;</p> <p>Функции гормонов щитовидной железы;</p> <p>Функции гормонов надпочечников;</p>	<p>Знания:</p> <p>Осуществляет трансформацию психолого-педагогических знаний в профессиональную деятельность в соответствии с психологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч.с особыми образовательными потребностям</p>

		<p>Значение гормонов надпочечников в стрессовых реакциях организма;</p> <p>Роль желез внутренней секреции в двигательной деятельности.</p>	<p>Умения: Демонстрирует методы диагностики и оказания психолого-педагогической помощи разными категориями обучающихся на основе стандартизированных методов.</p> <p>Навыки: Владеет методами организации и интерпретации психолого-педагогических исследований</p>
--	--	--	---

## 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

### ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

#### 3 СЕМЕСТР

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
Тема 1	<p><b>Лекция -1.</b> Предмет физиологии, её связь с другими науками и значение для теории и практики физической культуры и спорта. Методы физиологических исследований.</p> <p>Основные этапы развития физиологии. Основные физиологические понятия. Основные функции и методы исследования ЦНС. Основные функции и типы нейронов. Особенности проведения возбуждения через нервные центры</p>	2
Тема 2.	<p><b>Лекция-2.</b> Значение процессов торможения в нервной деятельности. Тормозные синапсы и тормозные нервные клетки. Пресинаптическое и постсинаптическое торможение.</p> <p>Процессы иррадиации и концентрации возбуждения. Доминанта. Рефлекторное кольцевое и программное управление движений. Роль различных отделов ЦНС в регуляции позно-тонических реакций. Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений. Функции коры больших полушарий.</p>	2
Тема 3	<p><b>Лекция-3.</b> Условия образования и разновидности условных рефлексов. Внутреннее и внешнее торможение условных рефлексов. Динамический стереотип, его роль в обучении. Типы ВНД. Первая и вторая сигнальная система.</p>	2
Тема 4	<p><b>Лекция-4</b> Мембранные потенциалы покоя. Потенциалы действия. Электромиограмма. Проведение возбуждения по нервам и мышцам через нервно-мышечные синапсы. Функциональная организация скелетных мышц. Механизмы сокращения и расслабления мышечного волокна. Одиночное и тетаническое сокращение.</p> <p>Сокращение целой мышцы.</p>	2
Тема 4	<p><b>Лекция -5.</b> Морфофункциональные проявления мышечной силы. Режимы работы</p>	2

	мышцы.Энергетика мышечного сокращения.КПД мышечного сокращения.	
Тема 5.	<b>Лекция-6.</b> Общие свойства и значение сенсорных систем.Физиологическая организация зрительной сенсорной системы.Преломление света (рефракция и аккомодация). Фоторецепция (функция палочек и колбочек).	2
Тема 5	<b>Лекция-7.</b> Функция наружного, среднего и внутреннего уха.Барофункция уха. Бинауральный слух.Функции вестибулярной сенсорной системы. Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и методики её исследования.Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы.-Разновидности и функции проприорецепторов. Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность. Значение сенсорных систем в спорте.	2
Тема 6	<b>Лекция -8</b> Кровь как внутренняя среда организма, её состав (гематокрит); Объем и функции крови;Эритроциты, их количество, функции, изменения при мышечной деятельности в условиях высокогорья;Группы крови. Лейкоциты, их количество, разновидность и функции;Изменение лейкоцитов при мышечной деятельности;Тромбоциты, их количество и роль в свёртывании крови;Плазма крови, её состав;Физико-химические свойства плазмы и их измененияпри мышечной деятельности;Регуляция системы крови; Лимфа и лимфообразование	2

### **ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ**

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
Тема 2	<b>*Практическое занятие -1.</b> Основные функции и методы исследования ЦНС. Основные функции и типы нейронов. Особенности проведения возбуждения через нервные центры	2
Тема 2	<b>Практическое занятие-2</b> .Определение функционального состояния ЦНС по устойчивости реакции и уровню функциональных возможностей.	2
Тема 2	<b>Практическое занятие -3 . Текущий контроль 1 - Центральная нервная система (устный опрос)</b> Основные функции и методы исследования ЦНС.Основные функции и типы нейронов.Особенности проведения возбуждения через нервные центры. Значение процессов торможения в нервной деятельности.Тормозные синапсы и тормозные нервные клетки. Пресинаптическое и постсинаптическое торможение. Процессы иррадиации и концентрации возбуждения. Доминанта.Рефлекторное кольцевое и программное управление движений.Роль различных отделов ЦНС в регуляции позно-тонических реакций.Роль различных отделов ЦНС в регуляции движений.Функции коры больших полушарий	2
Тема 3	<b>*Практическое занятие -4.</b> Определение концентрации и устойчивости внимания. Изучение кратковременной памяти,тестирование оперативной памяти.Выявление преобладающего типа памяти.	2

Тема 3	<b>Практическое занятие -5. Текущий контроль 2 высшая нервная деятельность</b> (устный опрос) Условия образования и разновидности условных рефлексов. Внутреннее и внешнее торможение условных рефлексов. Динамический стереотип, его роль в обучении. Типы ВНД. Первая и вторая сигнальные системы	2
Тема 4	<b>*Практическое занятие-6</b> . Мембранные потенциалы покоя. Потенциалы действия. Электромиограмма. Проведение возбуждения по нервам и мышцам через нервно-мышечные синапсы. Функциональная организация скелетных мышц. Механизмы сокращения и расслабления мышечного волокна. Одиночное и тетаническое сокращение. Сокращение целой мышцы	2
Тема 4	<b>*Практическое занятие -7.</b> Динамометрия. Морфофункциональные проявления мышечной силы. Режимы работы мышцы. Энергетика мышечного сокращения. КПД мышечного сокращения.	2
Тема 4	<b>Практическое занятие-8.</b> <b>Текущий контроль 3 нервно-мышечная физиология</b> (устный опрос) Мембранные потенциалы покоя. Потенциалы действия. Электромиограмма. Проведение возбуждения по нервам и мышцам через нервно-мышечные синапсы. Функциональная организация скелетных мышц. Механизмы сокращения и расслабления мышечного волокна. Одиночное и тетаническое сокращение. Сокращение целой мышцы. Морфофункциональные проявления мышечной силы. Режимы работы мышцы. Энергетика мышечного сокращения. КПД мышечного сокращения.	2
Тема 5	<b>* Практическое занятие -9.</b> Общие свойства и значение сенсорных систем. Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. Преломление света (рефракция и аккомодация). Фоторецепция (функция палочек и колбочек).	2
Тема 5	<b>* Практическое занятие -10.</b> Функции наружного, среднего и внутреннего уха. Барофункция уха. Бинауральный слух Функция вестибулярной сенсорной системы. Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и методики её исследования. Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы.	2
Тема 5	<b>Практическое занятие-11.</b> <b>Текущий контроль 4 сенсорные системы</b> (устный опрос) Общие свойства и значение сенсорных систем. Физиологическая организация зрительной сенсорной системы. Преломление света (рефракция и аккомодация). Фоторецепция (функция палочек и колбочек). Функции наружного, среднего и внутреннего уха. Барофункция уха. Бинауральный слух. Функция вестибулярной сенсорной системы. Функциональная устойчивость вестибулярной сенсорной системы и методики её исследования. Общая функциональная организация двигательной сенсорной системы. Разновидности и функции проприорецепторов. Взаимодействие сенсорных систем. Кинестетическая чувствительность. Значение сенсорных систем в спорте	2

Тема 6	<b>Практическое занятие-12.</b> <b>Текущий контроль 5: физиология крови</b> (устный опрос) Кровь как внутренняя среда организма, её состав (гематокрит). Объем и функции крови. Эритроциты, их количество, функции, изменения при мышечной деятельности в условиях высокогорья. Группы крови. Лейкоциты, их количество, разновидность и функции. Изменение лейкоцитов при мышечной деятельности. Иммунитет организма. Тромбоциты, их количество и роль в свертывании крови. Плазма крови, её состав. Физико-химические свойства плазмы и их изменения при мышечной деятельности. Регуляция системы крови Лимфа и регуляция системы крови	2
Тема 6	<b>Практическое занятие-13.</b> Общие закономерности деятельности Организма	2

**4 семестр**

**ЛЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ**

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
Тема 7	<b>Лекция -1.</b> Свойства сердечной мышцы. Фазы сердечного цикла в покое и при работе. Методы исследования деятельности сердца. Электрокардиограмма, её основные показатели и их изменения при мышечной работе.	2
Тема 7	<b>Лекция-2</b> . Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе у лиц различного возраста и пола. Методики измерения ЧСС. Систолический, резервный и остаточный объём крови в желудочках. Зависимость систолического объёма крови от размеров сердца, положения тела и объёма кровотока. Минутный объём крови, изменения систолического объёма и минутного объёма крови при мышечной работе. Общие закономерности гемодинамики, объёмная или линейная скорость кровотока. Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них. Микроциркуляция. Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотоническое состояние. Особенности кровообращения различных органов	2
Тема 7	<b>Лекция -3.</b> Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердца. Нервная и -гуморальная регуляция просвета сосудов. Перераспределение кровотока при мышечной работе. Особенности регуляции кровообращения в скелетных мышцах при статической и динамической работе. Рабочая гипертония. Мышечный насос.	2
Тема 8	<b>Лекция-4</b> Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели. Обмен газов в лёгких и тканях. Перенос газов кровью.	2
Тема 8	<b>Лекция -5-</b> Нервная и гуморальная регуляция дыхания. Изменение дыхания при мышечной работе. Потребление кислорода,	2

	кислородный запрос,кислородный долг, МПК.	
Тема 9	<b>Лекция -6.</b> Общая характеристика процессов пищеварения, значение работ И. П. Павлова. Пищеварение в ротовой полости, желудке и кишечнике.Обмен белков, жиров и углеводов.Энергообмен при мышечной работе. Прямая и непрямая калориметрия.	2
Тема 10,11	<b>Лекция -7.</b> Органы выделения, функции почек. Мочеобразование, его механизм.Фукиции потовых желез.Изменение мочеобразования и потовыделения при мышечной работе. Химическая и физическая терморегуляция. Нервная и гуморальная терморегуляция.Границы терморегуляции у человека. Теплообмен при мышечной деятельности	2
Тема 12	<b>Лекция-8.</b> Функции гормонов передней,средней и задней доли гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции других железвнутренней секреции. Функции гормонов щитовидной железыФункции гормонов надпочечников. Значение гормонов надпочечников в стрессовых реакциях организма. Роль желез внутренней секреции в двигательной деятельности	2

### *Практические занятия*

№ темы	Содержание практических занятий	Кол-во часов
Тема 7	<b>Практическое занятие-1.</b> Свойства сердечной мышцыФазы сердечного цикла в покое и при работе Электрокардиограмма, её основные показатели и их изменения при мышечной работе. Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе у лиц различного возраста и пола. Методики измерения ЧСС. Зависимость систолического объема крови от размеров сердца, положения тела и объема кровотока. Минутный объем крови, изменения систолического объема крови при мышечной работе.	2
Тема 7	<b>*Практическое занятие -2</b> . Измерение артериального давления у человека в покое и после мышечной работы Общие закономерности гемодинамики, объемная и линейная скорость кровотока. Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них. Микроциркуляция.Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотонические состояния.	2
Тема 7	<b>*Практическое занятие-3</b> . Проба Летунова Проба Мартине,проба Руфье,	2
Тема 7.	<b>Практическое занятие -4.</b> <b>Текущий контроль 1- кровообращение (устный опрос)</b> Свойства сердечной мышцыФазы сердечной работы в покое и при работе. Методы исследования деятельности сердцаЭлектрокардиограмма, её основные показатели и их изменения при мышечной работеЧастота	2



	сердечных сокращений в покое и при мышечной работе у лиц различного возраста и пола. Методика измерения ЧСС. Систолический, резервный и остаточный объем крови в желудочках. Зависимость систолического объема крови от размеров сердца, положения тела и объема кровотока. Минутный объем крови, изменения систолического объема крови при мышечной работе. Общие закономерности гемодинамики, объемная и линейная скорость кровотока. Функции артериальных и венозных сосудов, особенности кровотока в них. Микроциркуляция. Артериальное давление, факторы, их определяющие. Гипер- и гипотонические состояния. Особенности кровообращения различных органов. Нервная и гуморальная регуляция деятельности сердца. Нервная и гуморальная регуляция просвета сосудов. Перераспределение кровотока при мышечной работе. Особенности регуляции кровообращения в скелетных мышцах при статической и динамической работе. Рабочая гиперемия. Мышечный насос	
Тема 8	<b>*Практическое занятие-5 .</b> Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели (ЖЕЛ,МВЛ) Минутный объем дыхания в покое и при мышечной работе.	2
Тема 8	<b>*Практическое занятие -6.</b> Потребление кислорода, кислородный запрос, кислородный долг,МПК	2
Тема 8	<b>Практическое занятие- 7</b> Определить показатель реакции сердечно-сосудистой системы на гипоксию по данным частоты пульса . Проба Штанге Проба Генча	2
Тема 8	<b>Практическое занятие- 8.</b> <b>Текущий контроль 2 - дыхание (устный опрос)</b> Внешнее дыхание, его механизмы и основные показатели. Обмен газов в легких и тканях. Перенос газов кровью. Нервная и гуморальная регуляция дыхания	2
Тема 9	<b>Практическое занятие -9.</b> <b>Текущий контроль: 3- пищеварение , обмен веществ, выделительные процессы (устный опрос)</b> Общая характеристика процессов пищеварения, значение работ И.П.Павлова. Пищеварение в ротовой полости, желудке и кишечнике. Значение процессов пищеварения в ротовой полости.. Регуляция уровня сахара в крови. Значение жира для организма. Регуляция жирового обмена в организме. Суточная потребность организма в жирах, белках и углеводах. Значение для организма воды и минеральных солей. Роль витаминов в жизнедеятельности организма. Методы исследования обмена энергии организма. Калорический эквивалент кислорода. Дыхательный коэффициент, его значение как показателя состава окисляемых веществ. Сущность обмена веществ, энергии и значение этих процессов для жизнедеятельности организма. Понятие о основном обмене. Факторы, определяющие уровень основного обмена . Прямая и непрямая калориметрия. Расход энергии при трудовой и спортивной деятельности. Обмен белков, жиров и углеводов. Энергообмен при мышечной работе. Органы выделения, функции почек. Мочеобразование, его механизмы. Функции потовых желез. Изменение мочеобразования и потовыделения при мышечной работе. Отличие экскреции от секреции. Органы, участвующие в процессе выделения (экскреция). Физиологические функции почек. Функциональная единица почек и ее строение. Факторы, от которых зависит объем клубочковой	2

	<p>фильтрации, и количество первичной мочи, образуемой почками человека в сутки. Понятие о пороге выделения веществ почкой. Пороговые и непороговые вещества, выводимые почкой. Процессы, совершающиеся в петле Генле. Антидиуретический гормон, место его образования и механизм действия на мочеобразования. Физиологическое значение режима и механизма его действия</p>	
Тема 11	<p><b>*Практическое занятие- 10.</b>  Исследование средней кожной температуры Основные процессы терморегуляции теплокровных организмов - теплообразование и теплоотдача  Температура различных участков кожи. Химическая и физическая терморегуляция.  Границы терморегуляции у человека</p>	2
Тема 11	<p><b>Практическое занятие- 11. Текущий контроль: 4 -физиологические основы терморегуляция (устный опрос)</b>  Значение для организма постоянства температуры тела. Температурная карта тела.  Механизмы образования тепла в организме. Химическая и физическая терморегуляция. Нервная и гуморальная терморегуляция. Механизмы теплоотдачи.  Границы терморегуляции у человека. Регуляция процессов теплообразования в организме. Регуляция процессов теплоотдачи в организме. Теплообмен при мышечной работе. Функции потовых желез и количество пота, выделяемого в условиях комфорта и при интенсивной физической нагрузке. Иннервация потовых желез.</p>	2
Тема 12	<p><b>Практическое занятие -12.</b>  <b>Текущий контроль: 5 -железы внутренней секреции (устный опрос)</b>  Железы внутренней и внешней секреции. Понятие о гормонах и нейrogормонах.  Функции гормонов передней, средней и задней долей гипофиза. Роль гормонов гипофиза в регуляции других желез внутренней секреции.  Функции гормонов щитовидной железы. Функции гормонов надпочечников. Гормон инсулин, физиологический механизм его действия. Действие на организм гормонов адреналина и норадреналина Мужские и женские половые гормоны, их влияние на рост и развитие организма.  Физиологическое значение эпифиза. Значение обратных связей в регуляции взаимодействия гормонов.Значение гормонов надпочечников в стрессовых реакциях организма.</p>	2
Тема 12	<p><b>Практическое занятие -13</b> Общие закономерности деятельности организма.</p>	2

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Брин, В.Б. Физиология человека в схемах и таблицах : учебное пособие / В.Б. Брин. - 5-е изд., стер. - Санкт-Петербург ; Москва ; Краснодар : Лань, 2018. - 605, [2] с. : ил.
2. Капилевич, Л. В. Физиология человека. Спорт : учебное пособие для вузов / Л. В. Капилевич. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09793-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490267>
3. Методы физиологических исследований : учебное пособие / Д.С. Мельников, Ю.А. Поварещенкова, В.В. Селиверстова, Н.В. Кудрявцева. - Санкт-Петербург : [б.и.], 2018. - 85 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
4. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - 9-е изд. - Москва : Спорт, 2020. - 618, [1] с. : ил.
5. Физиологические закономерности роста и развития человека : учебное пособие / В.В. Селиверстова, Д.С. Мельников, Ю.А. Щедрина [и др.]; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2021. - 84 с. : ил., табл. - Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Айзман, Р.И. Физиология человека : учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.П. Абаскалова, Н.С. Шуленина. — 2-е изд., перераб. и испр. — Москва : ИНФРА-М, 2015. — 431, [1] с. : ил.
2. Воробьева, Т. Г. Физиология человека : практикум / Т. Г. Воробьева, А. В. Турманидзе. — Омск : Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2020. — 120 с. : ил., табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=614048>
3. Зильбернагель, С. Наглядная физиология = Color Atlas of Physiology / С. Зильбернагель, А. Деспопулос ; перевод с английского А. С. Беляковой, А. А. Синюшина. — 3-е изд. — Москва : Лаборатория знаний, 2021. — 424 с. : цв. ил.
4. Ланская, О.В. Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций системы дыхания : учебное пособие / О.В. Ланская, И.Н. Бучацкая; [Великолукская государственная академия физической культуры и спорта]. - Великие Луки : [б. и.], 2015. - 157 с. : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
5. Михайлова, Е.А. Физиология системы крови : учебное пособие / Е.А. Михайлова ; Министерство спорта Российской Федерации ; Великолукская государственная академия физической культуры и спорта. — Великие Луки, 2019. — 80 с. — Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
6. Практикум по физиологии человека : для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 Физическая культура / А.С. Назаренко, Г.С. Петрова, Р.И. Гильмутдинова, А.А. Набатов ; Министерство спорта Российской Федерации ; Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Казань. — Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2018. — 130 с. — Режим доступа: Электронный каталог библиотеки.
7. Самко, Ю.Н. Физиология : учебное пособие / Ю.Н. Самко. — Москва : ИНФРА-М, 2020. — 143, [1] с.
8. Фомина, Е. В. Физиология: избранные лекции : учебное пособие / Е. В. Фомина, А. Д. Ноздрачев ; Московский педагогический государственный университет. —

Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2017. – 172 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=472086>

9. Чинкин, А. С. Физиология человека : учебное пособие / А. С. Чинкин, А. С. Назаренко. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2017. — 271 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/154946> .— Режим доступа: для авториз. пользователей.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ <http://elibrary.rsl.ru/link> (link is external)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/link> (link is external)
- Министерство спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/link> (link is external)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Вид помещения	Наименование оборудования
1.	Учебная аудитория для проведения занятий <b>лекционного</b> типа: лекционный зал	мультимедийный презентационный комплекс с доступом в Интернет.
2.	Учебная аудитория для проведения <b>практических</b> занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	корректирующие пробы (бланки), таблицы; велоэргометр, мультимедийный комплекс, мультимедийные лекции, фильмы

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

**Кафедра теории и методики физической культуры**

Рабочая программа дисциплины

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023

## 1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет.

## 2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Универсальные компетенции</b>	
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

### 2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. знает: - оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося; - основы организации физкультурно-спортивной деятельности.	Знания: - оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.
	УК-7.2. умеет: - отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; - определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.	Умения: - отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; - определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы		Всего часов	семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>		12	-		12	-	-	-	-	-
В том числе:										
Занятия лекционного типа		4	-	-	4	-	-	-	-	-
Занятия семинарского типа (практические занятия)		8	-	-	8	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация (зачет)		6	-	-	6	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа студента		54	-	-	54	-	-	-	-	-
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>72</b>	-	-	<b>72</b>	-	-	-	-	-
	<b>зачетные единицы</b>	<b>2</b>	-	-	<b>2</b>	-	-	-	-	-



#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

##### 4.1. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ИХ КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание раздела	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Общая концепция физической культуры	<p>Понятие «физическая культура» и её связь с общей культурой. Цель, задачи физической культуры. Структура и функции физической культуры.</p> <p>Виды физической культуры.</p> <p>Основные понятия теории физической культуры.</p> <p>Этапы развития теории физической культуры.</p> <p>Функции и принципы физической культуры как социального явления.</p> <p>Роль физической культуры и физической подготовленности в различные периоды жизни человека.</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося;</li> <li>- основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul>
2.	Методические основы самостоятельных занятий физической культурой и спортом.	<p>Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность, способы оценки физической подготовленности.</p> <p>Средства физической культуры в регулировании работоспособности.</p> <p>Понятие об общей и специальной физической подготовке</p> <p>Формы самостоятельных занятий.</p> <p>Выбор самостоятельной физической тренировки.</p> <p>Организация самостоятельных занятий.</p> <p>Планирование самостоятельных занятий.</p> <p>Управление процессом самостоятельных занятий.</p> <p>Дозирование физической нагрузки при самостоятельных занятиях.</p> <p>Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты выполнения физических упражнений</p> <p>Характеристика техники основных двигательных действий (бег, ходьба, плавание).</p>	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося;</li> <li>- основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</li> </ul> <p>Умения: - отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</li> </ul>

3.	Контроль, самоконтроль и техника безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом	<p>Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития.</p> <p>Показатели и методы оценки физической подготовленности. Объективные и субъективные показатели самоконтроля.</p> <p>Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых площадках.</p>	<p>Умения: - отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;</p> <p>- определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p>
4.	Основы здорового образа жизни	<p>Здоровье: сущность понятия и его компоненты.</p> <p>Образ жизни и здоровье.</p> <p>Двигательная активность и здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Понятие здоровый образ жизни (ЗОЖ), компоненты ЗОЖ.</p>	<p>Знания:</p> <p>- оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося;</p> <p>- основы организации физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Умения: - отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья;</p> <p>- определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.</p>

4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ  
 ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ  
 ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание лекций</i>	<i>Кол-во часов</i>
1,2	Лекция № 1. Общая концепция физической культуры. Основные понятия физической культуры. Этапы развития теории физической культуры. Функции и принципы физической культуры как социального явления. Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность. Физическая подготовленность, способы оценки физической подготовленности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Понятие об общей и специальной физической подготовке. Формы самостоятельных занятий. Выбор самостоятельной физической тренировки. Организация самостоятельных занятий. Планирование самостоятельных занятий. Управление процессом самостоятельных занятий.	2
3,4	Лекция № 2. Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития. Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых площадках. Здоровье: сущность понятия и его компоненты. Образ жизни и здоровье. Двигательная активность и здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Понятие здоровый образ жизни (ЗОЖ), компоненты ЗОЖ.	2

*ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА (практические занятия)*

<i>№ темы</i>	<i>Содержание занятий семинарского типа</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Практическое занятие 1. Общая концепция физической культуры. Основные понятия физической культуры	2
2,3	Практическое занятие 2. Физическое развитие как процесс и результат, физическая подготовленность и работоспособность. Физическая подготовленность, способы оценки физической подготовленности. Понятие об общей и специальной физической подготовке.	2
3	Практическое занятие 3. Виды контроля, цель, задачи. Показатели и методы оценки физического развития. Техника безопасности при выполнении упражнений, техника безопасности при нахождении в спортивных сооружениях и открытых площадках	2
4	Практическое занятие 4. Здоровье: сущность понятия и его компоненты. Образ жизни и здоровье. Двигательная активность и здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Понятие здоровый образ жизни (ЗОЖ), компоненты ЗОЖ.	2

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Стриханов, М. Н. Физическая культура и спорт в вузах : учебное пособие / М. Н. Стриханов, В. И. Савинков. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 160 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10524-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515859>
2. Теоретические основы физической культуры : учебное пособие для вузов / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14341-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519864>
3. Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 599 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12033-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516434>
4. Физическая культура и спорт : учебное пособие / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. — Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. — 169 с. : ил., табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682103>
5. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. В. Зюкин, В. С. Кукарев, А. Н. Дитятин [и др.] ; под ред. А. В. Зюкина, Л. Н. Шелковой, М. В. Габова ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. — Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2019. — 372 с. : ил., табл. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577592>

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Анисимов, М. П. Физическая культура в современной России: учебное пособие для обучающихся по направлениям подготовки бакалавриата / М. П. Анисимов. — Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный аграрный университет (СПбГАУ), 2020. — 86 с. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=613175>
2. Антипов, О. В. Физическая культура и спорт (Курс лекций) : учебное пособие / О. В. Антипов, А. М. Сурков, Е. Ю. Суханова. — Москва : МГАВМиБ им. К.И. Скрябина, 2021. — 118 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/196249>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Бахтина, Т. Н. Физическая культура и спорт: курс лекций : учебное пособие / Т. Н. Бахтина. — Санкт-Петербург : СПбГЛТУ, 2021. — 200 с. — ISBN 978-5-9239-1260-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/191130>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Каткова, А. М. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. М. Каткова, А. И. Храмова ; Московский педагогический государственный университет. — Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2018. — 64 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=598981>

5. Физическая культура и спорт : учебное пособие / Т. В. Колтошова, И. Н. Шевелева, О. А. Мельникова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Омск : Омский государственный технический университет (ОмГТУ), 2020. – 169 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=682103>
6. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. В. Зюкин, В. С. Кукарев, А. Н. Дитятин [и др.] ; под ред. А. В. Зюкина, Л. Н. Шелковой, М. В. Габова ; Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена. – Санкт-Петербург : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2019. – 372 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577592>
7. Физическая культура и спорт : учебник / В. А. Никишкин, Н. Н. Бумарскова, С. И. Крамской [и др.]. — Москва : МИСИ – МГСУ, 2021. — 380 с. — ISBN 978-5-7264-2862-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/179192>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
8. Физическая культура и спорт : учебное пособие / А. В. Иваненко, Е. А. Краснов, И. Е. Кабаев [и др.]. — Санкт-Петербург : СПбГУТ им. М.А. Бонч-Бруевича, 2021. — 229 с. — ISBN 978-5-89160-238-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/279659> . — Режим доступа: для авториз. пользователей.
9. Мандриков, В. Б. Лекции по дисциплине «Физическая культура и спорт» : учебное пособие / В. Б. Мандриков. — Волгоград : ВолгГМУ, 2020. — 336 с. — ISBN 978-5-9652-0592-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/179584>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
10. Письменский, И.А. Физическая культура [Текст] : учебник / И.А. Письменский, Ю.Н. Аллянов; Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации, Москва. - Москва :Юрайт, 2016. - 492, [1] с. : ил.
11. Физическая культура [Текст] : учебник / М.Я. Виленский [и др.]; под ред. М. Я. Виленского. - 3-е изд., стер. - Москва :Кнорус, 2016. - 423, [1] с.
12. Физическая культура : учебник и практикум для прикладного бакалавриата всех направлений и специальностей / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко [и др.]; Сибирский федеральный университет. - Москва :Юрайт, 2019. - 424 с. : ил.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»<http://www.biblioclub.ru/>
- [Архив журналов РАН libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- [Университетская информационная система Россия uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- [КонсультантПлюс http://www.consultant.ru/](http://www.consultant.ru/)
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>

- Электронная библиотека РГБ <http://elibrary.rsl.ru/link> isexternal)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/link> isexternal)
- Министерство спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/link> isexternal)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

**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	<a href="http://www.elibrary.ru/">http://www.elibrary.ru/</a>
ЭБС «Лань»	Электронно-библиотечная система Издательства Лань.	Доступ после регистрации	<a href="https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412">https://e.lanbook.com/books/4775?publisher__fk=44412</a>
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	<a href="https://www.biblio-online.ru/">https://www.biblio-online.ru/</a>
ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»	Электронная библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» содержит контент учебников и учебных пособий, научной литературы и периодики по различным областям знаний.	Доступ после регистрации	<a href="http://www.biblioclub.ru/">http://www.biblioclub.ru/</a>

*Состав программного обеспечения:*

**Операционные системы:**

Windows 10 Pro

Windows 7 Professional

**ОС РОСА "КОБАЛЬТ" десктоп**

**Офисные пакеты приложений:**

Office 2007 Suites

Office Professional Plus 2010

**Мой оффис**

**Браузеры:**

Google Chrome

Opera

Mozilla Firefox

**Chromium**

Internet Explorer

Yandex.Browser

**Архиваторы:**

7zip

**Программы просмотра PDF:**

Adobe Acrobat Reader

**Связь:**

Skype

**Распознавание текста и конвертирование файлов:**

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для применения мультимедиа-технологии аудиторные занятия проводятся в специально-оборудованных аудиториях, обеспеченных:

1. Мультимедиа-проектором;
2. Стационарным экраном;
3. Ноутбуком с операционной системой Windows XP (или выше);
4. Программным обеспечением, позволяющим показывать схемы, видеофильмы, презентации;
5. Жалюзи, позволяющие создать эффект кинотеатра.

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

**Кафедра социально-гуманитарных дисциплин имени В.У. Агеевца**

Рабочая программа дисциплины

**ФИЛОСОФИЯ**

Основная профессиональная образовательная программа  
высшего образования - программа бакалавриата по направлению подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология спорта**

Квалификация:

**Бакалавр**

Форма обучения:

**Очная**

Санкт-Петербург, 2023



1. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

2. ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ:

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенций
<b>Универсальные компетенции</b>	
Межкультурное взаимодействие	УК-5 Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

2.1 ИНДИКАТОРЫ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ:

Код компетенции	Код и наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-5	<p>УК-5.1. <b>Знает:</b> - исторически сложившийся разнообразный этнический и религиозный состав населения и региональную специфику Российской Федерации как национального государства.</p> <p>УК-5.2. <b>Умеет:</b> - анализировать социокультурные различия социальных групп, опираясь на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории, социокультурных традиций мира, основных философских и этических учений; - выбирать ценностные ориентиры и гражданскую позицию; - аргументированно обсуждать и решать проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера.</p> <p>УК-5.3. <b>Имеет опыт:</b> - уважительного отношения к историческому наследию и социокультурным традициям своего Отечества; - конструктивного взаимодействия с людьми с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции (в т.ч. в заданных условиях).</p>	<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основных категорий философии, исторического наследия, социокультурных традиций и основ межкультурной коммуникации.</li> </ul> <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.</li> </ul> <p><b>Навыки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах</li> </ul>

### 3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

*очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры							
		1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Контактная работа преподавателей с обучающимися</b>	30				30				
В том числе:									
Занятия лекционного типа	10				10				
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, лабораторные работы)	20				20				
Промежуточная аттестация (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)	6				6				
Самостоятельная работа студента	72				72				
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>				108				
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>			3				

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание	Результаты обучения в виде знаний, умений, навыков
1.	Тема 1. Предмет и структура философского знания	<p>1. Определения философии, ее предмет. Философия как наука, форма духовной культуры и мировоззрение. Дискуссия о научном статусе философии. Круг философских проблем.</p> <p>2. Происхождение философии. Философия как любовь к мудрости.</p> <p>3. Функции философии. Роль философии в формировании системы ценностей.</p> <p>4. Структура философского знания. Роль философии в жизни человека и общества. Преподавание философии в ВУЗах.</p>	<p>- основных категорий философии, исторического наследия, социокультурных традиций и основ межкультурной коммуникации.</p> <p>Умения:</p> <p>- взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.</p> <p>Навыки:</p> <p>- оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>
2.	Тема 2. Основные этапы и направления исторического развития философии	<p><b>Ч. 1. Философия Древнего Востока.</b></p> <p>1. Философия Древней Индии. Философские идеи Упанишад. Философские школы Древней Индии. Йога, джайнизм, буддизм.</p> <p>2. Философия Древнего Китая. «И-цзин». Учение об инь и ян. Философские школы Древнего Китая. Конфуцианство. Даосизм. Фа-цзя.</p> <p><b>Ч. 2. Античная философия.</b></p> <p>1. Особенности и периодизация античной философии.</p> <p>2. Философия досократиков: ионийская и элейская школы, атомизм, пифагореизм.</p> <p>3 Сократ и софисты. Платон и Аристотель.</p> <p>4. Эллинистическая философия. Кинизм, эпикуреизм, скептицизм, стоицизм.</p> <p><b>Ч. 3. Философия Средних веков и эпохи Возрождения.</b></p> <p>1. Предпосылки возникновения средневековой философии, ее периодизация и особенности.</p> <p>2. Средневековая патристика: Тертуллиан, александрийская школа. Фундаментальная теология А.Августина.</p>	<p>- основных категорий философии, исторического наследия, социокультурных традиций и основ межкультурной коммуникации.</p> <p>Умения:</p> <p>- взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.</p> <p>Навыки:</p> <p>- оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах характера.</p>

		<p>3. Средневековая схоластика: основные задачи и проблематика. Творчество Боэция, Эриугены, А. Кентерберийского, П. Абеляра, Ф. Аквинского, У. Оккама. Арабские средневековые мыслители.</p> <p>4. Антропоцентризм, гуманизм и эстетизм философской мысли Возрождения.</p> <p>5. Философские учения выдающихся мыслителей Ренессанса. Н. Кузанский, М. Фичино, Дж. Пико делла Мирандола, М. Монтень, Н. Макиавелли, Т. Мор, Э. Роттердамский, Дж. Бруно.</p> <p><b>Ч. 4. Философия Нового времени (XVII - XVIII вв.).</b> <b>Немецкая классическая философия.</b></p> <p>1. Принцип «субъект-объектного противостояния» в философии Нового времени.</p> <p>2. Эмпиризм и рационализм в теории познания Нового времени.</p> <p>3. Правила метода Р. Декарта. Ф. Бэкон. Проект прагматического преобразования науки.</p> <p>4. Французское Просвещение.</p> <p>5. Немецкая классическая философия. Этика И. Канта. Диалектика Г.-В.-Ф. Гегеля. Антропологический материализм Л. Фейербаха.</p> <p><b>Ч. 5. Постклассическая западноевропейская философия XIX - XX вв.</b></p> <p>1. Главные проблемы и тенденции западноевропейской философии новейшего времени.</p> <p>2. Направления западноевропейской философии XIX - XX вв.</p> <p>3. «Философия жизни» А. Шопенгауэра и Ф. Ницше.</p> <p>4. Герменевтика и феноменология: Г.-Г. Гадамер, Э. Гуссерль.</p> <p>5. Экзистенциализм Ж.-П. Сартра и М. Хайдеггера.</p> <p><b>Ч. 6. Русская философия.</b></p> <p>1. Характерные особенности и периодизация русской</p>	
--	--	--	--

		<p>философии.</p> <p>2. Древнерусская философия: проблематика и представители. Митрополит Илларион. Иосифляне и нестяжатели: дискуссия о роли церкви в обществе. Старец Филофей. Теория «Москва – третий Рим».</p> <p>3. Русское Просвещение. М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев, Г.С. Сковорода.</p> <p>4. Русская философия XIX – XX вв.: основные направления и проблематика. Славянофилы и западники, консерватизм, космизм, философия всеединства. Персонализм Н.А. Бердяева.</p> <p>5. Современная русская философия. Философия русского Зарубежья. И.А. Ильин, Л.П. Карсавин, С.Н. Булгаков. Русская советская философия. А.Ф. Лосев, М.М. Бахтин, Ю.М. Лотман.</p>	
3.	Тема 3. Философия бытия	<p>1. Предмет и основные понятия онтологии. История онтологических учений античности, Средних веков, Нового и новейшего времени. Современные онтологические концепции: «критическая онтология» Н. Гартмана; «фундаментальная онтология» М. Хайдеггера; «экзистенциально-феноменологическая онтология» Ж.-П. Сартра; «онтология языка» (Л. Витгенштейн, Ж. Деррида).</p> <p>2. Формы бытия: материальное, идеальное, социальное. Основные концепции бытия: материализм, идеализм, дуализм.</p> <p>3. Сознание, его сущность, структура и характеристики. Происхождение сознания. Идеальность, креативность, интенциональность сознания. Сознание и объективная реальность.</p> <p>4. Философское осмысление природы. Основные характеристики бытия природы.</p>	<p>- основных категорий философии, исторического наследия, социокультурных традиций и основ межкультурной коммуникации.</p> <p>Умения:</p> <p>- взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.</p> <p>Навыки:</p> <p>- оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p>
4.	Тема 4.	1. Предмет и основные	- основных категорий

	Философия человека	<p>направления философской антропологии.</p> <p>Натуралистическая, религиозная, социокультурная, экзистенциальная антропология.</p> <p>Сущность и природа человека. Сущность и существование.</p> <p>2. Научные, паранаучные и религиозные теории антропогенеза. Критика дарвинизма.</p> <p>3. Биологическое и социальное в природе человека. Наследственные и социальные факторы развития человека.</p> <p>4. Смысл и цель жизни. Смысл смерти. Ценности человеческого бытия.</p>	<p>философии, исторического наследия, социокультурных традиций и основ межкультурной коммуникации.</p> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.</li> </ul> <p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах</li> </ul>
5.	Тема 5. Основы этики.	<p>1. Понятие морали, ее возникновение и характеристики. Соотношение морали и инстинктов. Нравственное формирование личности. Проблема нарушения нравственных принципов. Мораль и закон. Мораль, этика, этикет.</p> <p>2. Функции морали. Проблема существования морали у животных.</p> <p>3. Категории морали. Добродетели и пороки.</p> <p>4. Этика как философская наука. Основные этические учения. Этический принцип как жизненная позиция человека.</p>	<p>- основных категорий философии, исторического наследия, социокультурных традиций и основ межкультурной коммуникации.</p> <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействовать с людьми с учетом социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции.</li> </ul> <p>Навыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценки событий в социально-историческом, этическом и философском контекстах</li> </ul>

## 4.2. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

### ЗАНЯТИЯ ЛЕКЦИОННОГО ТИПА

№ темы	Содержание лекций	Кол-во часов
1.	<p><b>Лекция 1. Предмет и структура философского знания.</b></p> <p>1. Определения философии, ее предмет.</p> <p>2. Функции философии. Философия как любовь к мудрости.</p> <p>3. Происхождение философии.</p> <p>4. Структура философского знания.</p>	2
2.	<p><b>Лекция 2. История философии.</b></p> <p>1. Философия Древнего Востока.</p> <p>2. Античная философия.</p> <p>3. Философия Средних веков и эпохи Возрождения.</p>	2

	4. Философия Нового времени (XVII - XVIII вв.). 5. Постклассическая западноевропейская философия XIX - XX вв. 6. Русская философия.	
3.	<b>Лекция 3. Философия бытия.</b> 1. Предмет и основные понятия онтологии. 2. Формы бытия. Концепции бытия. 3. Сознание, его сущность, структура и характеристики. 4. Философское осмысление природы. 5. Проблема познаваемости мира.	2
4.	<b>Лекция 4. Философия человека.</b> 1. Предмет и основные направления философской антропологии. 2. Смысл и цель жизни. 3. Научные и религиозные теории антропогенеза. 4. Биологическое и социальное в природе человека.	2
5.	<b>Лекция 5. Основы этики.</b> 1. Понятие морали, ее возникновение и характеристики. 2. Функции морали. 3. Категории морали. Добродетели и пороки. 4. Этика как философская наука. Основные этические учения.	2

#### ЗАНЯТИЯ СЕМИНАРСКОГО ТИПА

<i>№ темы</i>	<i>Содержание семинаров</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	<b>Семинар 1. Предмет и структура философского знания.</b> Вопросы для обсуждения: 1. Определения философии, ее предмет. 2. Происхождение философии. Философия как любовь к мудрости. 3. Функции философии. 4. Структура философского знания. 5. Роль философии в жизни человека и общества.	2
2.	<b>Семинар 2. Философия Древнего мира.</b> Вопросы для обсуждения: 1. Философия Древнего Востока. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Философия Древней Индии. Возникновение древнеиндийской философии. Философские понятия и школы Древней Индии.</li> <li>• Философия Древнего Китая. Возникновение и основные направления древнекитайской философии.</li> </ul> 2. Античная философия. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Становление древнегреческой философии, ее особенности и периодизация.</li> <li>• Философия досократиков: ионийская и элейская школы, атомизм и пифагореизм.</li> <li>• Гуманистический период: софисты и Сократ.</li> <li>• Философия Платона и Аристотеля.</li> <li>• Эллинистическая философия: кинизм, эпикуреизм, стоицизм,</li> </ul>	2

	скептицизм.	
2.	<p><b>Семинар 3. Философия Средних веков и эпохи Возрождения.</b> Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предпосылки, периодизация, характерные черты средневековой философии.</li> <li>2. Средневековая патристика. Философские учения Августина Аврелия (Блаженного).</li> <li>3. Средневековая схоластика. Фома Аквинский. Арабская философская мысль.</li> <li>4. Философия эпохи Возрождения. Антропоцентризм, гуманизм и эстетизм философской мысли Возрождения.</li> </ol>	2
2.	<p><b>Семинар 4. Философия Нового Времени.</b> Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предпосылки и характерные черты философии Нового времени.</li> <li>2. Эмпиризм. Ф. Бэкон. Критика философии и индуктивный метод. Идолы разума.</li> <li>3. Рационализм. Правила дедуктивного метода Р. Декарта. Пантеизм Б. Спинозы.</li> <li>4. Философия французского Просвещения. Энциклопедизм, антиклерикализм, материализм, социальный утопизм.</li> <li>5. Немецкая классическая философия. Гносеологические и этические идеи И. Канта. Диалектика Гегеля. Антропологический материализм Л. Фейербаха.</li> </ol>	2
2.	<p><b>Семинар 5. Постклассическая западноевропейская философия XIX-XX вв.</b> Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психоанализ З. Фрейда.</li> <li>2. «Философия жизни»: А.Шопенгауэр, Ф. Ницше. Детерминизм и свобода воли.</li> <li>3. Герменевтика: В. Дильтей, Г.-Г. Гадамер.</li> <li>4. Экзистенциальная философия: М. Хайдеггер, Ж.-П. Сартр, В.Э. Франкл.</li> </ol>	2
2.	<p><b>Семинар 6. Русская философия.</b> Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характерные особенности и периодизация русской философии.</li> <li>2. Древнерусская философия: проблематика и представители. «Слово о Законе и Благодати» митрополита Иллариона. Дискуссия о роли церкви иосифлян и нестяжателей, Теория «Москва – третий Рим».</li> <li>3. Русское Просвещение. Г. Сковорода, М.В. Ломоносов, А.Н. Радищев.</li> <li>4. Русская философия XIX – XX вв.: основные направления и проблематика. Славянофилы и западники, консерватизм, космизм, философия всеединства. Персонализм Н.А. Бердяева.</li> <li>5. Современная русская философия.</li> </ol>	2
3.	<p><b>Семинар 7. Философия бытия.</b> Вопросы для обсуждения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предмет и основные понятия онтологии. История онтологических учений</li> <li>2. Формы бытия: материальное, идеальное, социальное.</li> </ol>	2



	<p>3. Концепции бытия: материализм, идеализм, дуализм.</p> <p>4. Сознание, его сущность, структура и характеристики.</p> <p>5. Философское осмысление природы.</p>	
4.	<p><b>Семинар 8. Философия человека.</b></p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Предмет и основные направления философской антропологии. 2. Научные и религиозные теории антропогенеза.</p> <p>3. Ценности человеческого бытия.</p> <p>4. Смысл и цель жизни. Смысл смерти.</p> <p>5. Индивид, индивидуальность, личность. Формирование личности.</p> <p>Свобода и ответственность личности.</p>	2
3.	<p><b>Семинар 9. Философия познания.</b></p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Предмет и основные понятия гносеологии. Объект и субъект познания.</p> <p>2. Структура познавательного процесса. Виды и формы познания.</p> <p>4. Области познания. Эстетика как область познания.</p> <p>5. Проблема истины в познании. Относительная и абсолютная истина.</p> <p>6. Практика и ее роль в познании.</p>	2
5.	<p><b>Семинар 10. Социально-этические проблемы современной философии.</b></p> <p>Вопросы для обсуждения:</p> <p>1. Предмет и функции социальной философии. Социальная философия в системе обществензнания.</p> <p>2. Факторы развития общества. Проблема общественного прогресса.</p> <p>3. Понятие морали, ее возникновение и функции. Категории морали.</p> <p>4. Этика и ее предмет. Этика спорта.</p> <p>5. Этический принцип как жизненная позиция человека. Эгоизм, альтруизм, гедонизм, аскетизм.</p>	2

## 5. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

### ОСНОВНАЯ:

1. Бранская, Е. В. Философия : учебное пособие для вузов / Е. В. Бранская, М. И. Панфилова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 184 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06322-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515888>
2. Кочеров, С. Н. Философия : учебник для вузов / С. Н. Кочеров, Л. П. Сидорова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 177 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09969-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513514>
3. Светлов, В. А. Философия : учебное пособие для вузов / В. А. Светлов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 339 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06928-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514073>
4. Спиркин, А. Г. Философия в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / А. Г. Спиркин. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 402 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02014-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512823>
5. Спиркин, А. Г. Философия в 2 ч. Часть 2 : учебник для вузов / А. Г. Спиркин. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 185 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02016-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512824>
6. Шаповалов, В. Ф. Философия : учебник для вузов / В. Ф. Шаповалов. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 596 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10147-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517592>

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ:

1. Алексеев, П.В. Философия в схемах и определениях : учебное пособие / П.В. Алексеев; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Философский факультет. - Москва : Проспект, 2017. - 111, [1] с. : ил.
2. Ветошкин, А.П. Философия : учебник / А.П. Ветошкин, С.И. Некрасов, Н.А. Некрасова. - Москва : Проспект, 2019. - 560 с. : схем., табл.
3. Губин, В.Д. Философия [Текст] : учебник / под ред. В. Д. Губина, Т. Ю. Сидориной. - 5-е изд., перераб. и доп. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 812 с.
4. Ильин, В.В. Философия : учебник / В.В. Ильин. - Москва : Проспект, 2019. - 479, [1] с.
5. Канке, В.А. Современная философия [Текст] : учебник / В.А. Канке. - 5-е изд., стер. - Москва : Омега-Л, 2014. - 329 с.
6. Канке, В.А. Философия. Исторический и систематический курс [Текст] : учебник / В.А. Канке. - Изд. 5-е, перераб. и доп. - Москва : Логос, 2015. - 375 с. : ил.
7. Кохановский, В.П. Философия [Текст] : конспект лекций : учебное пособие / В.П. Кохановский, Л.В. Жаров, В.П. Яковлев. - 16-е изд., стер. - Москва : Кнорус, 2013. - 191 с.
8. Марков, Б.В. Философия [Текст] : учебник / Б.В. Марков. - Санкт-Петербург : Питер, 2017. - 426 с.
9. Медведева, О.А. Философия. Человек. Общество. Культура : учебное пособие. - Санкт-Петербург : НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2020. - 237 с.

10. Медведева, О.А. Философия [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.А. Медведева. - СПб. : [б. и.], 2014. – 166 с. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБ.
11. Миронов, В.В. Философия [Текст] : учебник / В.В. Миронов; Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова. - Москва : Проспект, 2017. - 238, [1] с.
12. Руденко, А.М. Философия в схемах и таблицах : учебное пособие / А.М. Руденко. - 4-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2019. - 382 с.
13. Философия [Текст] : учебник / Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова ; под ред. А. Ф. Зотова, В. В. Миронова, А. В. Разина. - 6-е изд., перераб. и доп. - Москва : Проспект : Изд-во Московского ун-та, 2013. - 669, [1] с.

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

- Электронная библиотека НГУ им. П.Ф. Лесгафта <http://megaprolib.net/MP0101/Web>
- ЭБС «Лань» [https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\\_fk=44412](https://e.lanbook.com/books/4775?publisher_fk=44412)
- ЭБС «Юрайт» <https://www.biblio-online.ru/>
- ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» <http://www.biblioclub.ru/>
- Архив журналов РАН [libnauka.ru](http://libnauka.ru)
- Университетская информационная система Россия [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru)
- КонсультантПлюс <http://www.consultant.ru/>
- Министерство образования и науки РФ <http://Минобрнауки.рф/>
- Российское образование <http://www.edu.ru/>
- Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
- Электронная библиотека РГБ [http://elibrary.rsl.ru\(link is external\)](http://elibrary.rsl.ru(link)
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [http://window.edu.ru/\(link is external\)](http://window.edu.ru/(link)
- Министерство спорта РФ [http://www.minsport.gov.ru/\(link is external\)](http://www.minsport.gov.ru/(link)
- Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта <http://lesgaft-notes.spb.ru/>

**7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Дисциплина «Философия» не требует специального материально-технического обеспечения, однако при этом желательно наличие компьютерной техники и современных средств публичной демонстрации визуального материала (мультимедиа) в учебной аудитории.